



**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
1 день, 1 недели**

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным 220/10	230	7,27	12	37,07	285
Какао с молоком витаминизированное	200	3,97	4	20,09	132
Сыр (порциями)	10	2,6	3		34
Батончик к чаю	21	1,58	1	10,79	55
Груша 1 шт	115	0,56		14,42	64
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	576	15,98	20	82,37	570
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным, мясом (говяд.конс.)	260	8,43	3	19,46	140
Котлета "Лакомка" из мяса птицы	100	14,54	20	9,7	280
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	47	3,1	1	15,7	82
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	802	33,83	29	108,1	834
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	140	0,68	1	17,55	78
Хачапури с сыром	75	10,9	11	28,16	255
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	415	11,58	12	65,91	421

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор


Стремянова Ю.Ю.


Зав. производством


Арсенов А.С.

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 2 день, 1 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Котлета рыбная "Волжанка"	90	11,1	8	9,91	156
Картофельное пюре	180	3,97	6	26,5	178
Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	25	0,28		0,06	3
Батон йодированный	29	2,18	1	14,91	76
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Оладьи 1шт	35	2,1	2	14	86
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	574	19,83	17	80,41	560
Обед					
Рассольник ленинградский с курой, сметаной 250/10/10	270	5,87	4	17,37	134
Гуляш из свинины 50/50	100	11,34	29	4,5	322
Рис отварной	180	4,61	6	48,2	269
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5	220	0,25		15,18	63
Хлеб ржаной	28	1,85		9,35	49
Батон йодированный	25	1,88	1	12,85	66
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	823	25,8	40	107,45	903
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	390	4,13	13	56,56	364

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

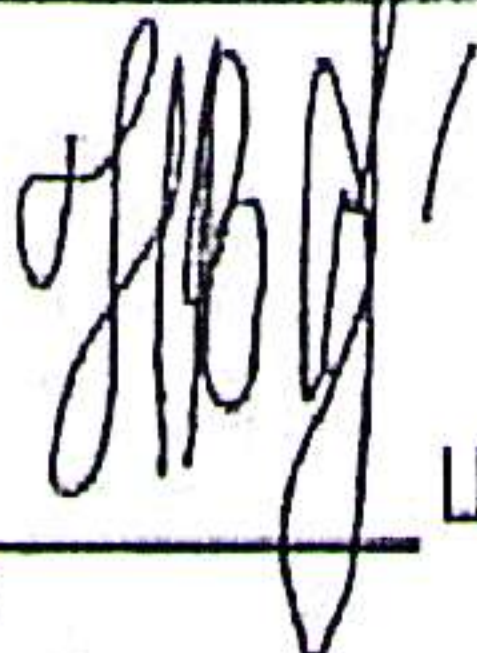

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Меньшаков О.С.

**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
3 день, 1 недели**

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Жаркое по-домашнему	200	14,29	29	29,6	436
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	34	2,55	1	17,48	89
Мандарин 1 шт	110	0,88		8,25	42
Печенье 1шт	20	1,1	7	11,9	111
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	579	19,02	37	82,26	739
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной 250/10/10	270	5,32	4	9,42	98
Тфтели "Сочные" с соусом 70/50	120	8,2	15	9,05	202
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7	47,57	298
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,58		31,82	130
Хлеб ржаной	44	2,9	1	14,7	77
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	814	27,53	27	112,56	805
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Мандарин 1 шт	110	0,88		8,25	42
Рулет Эстонский с сыром	100	13,63	16	46,62	390
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	410	14,51	16	75,07	520

Заместитель генерального
директора
Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор


Стремянова Ю.Ю.


Зав. производством


Меньшакова О.С.

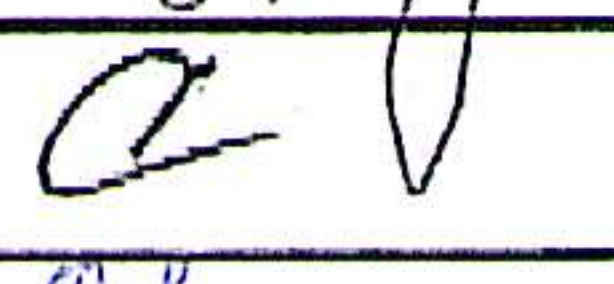
МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 4 день, 1 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Биточек "Школьный"	80	14,35	17	11,73	257
Макароны отварные	150	6,31	5	40,22	227
Батон йодированный	22	1,65	1	11,31	58
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5	220	0,25		15,18	63
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	602	23,08	24	91,18	666
Обед					
Солянка по-домашнему из птицы 250/15	265	5,33	6	9,42	110
Плов со свининой	250	14,83	30	54,01	545
Бобовые отварные (кукуруза консервированная)	15	0,24		1,52	7
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	35	2,31		11,69	61
Батон йодированный	20	1,5	1	10,28	52
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	800	24,41	37	101,95	836
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	390	4,13	13	56,56	364

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор


Стремянова Ю.Ю.

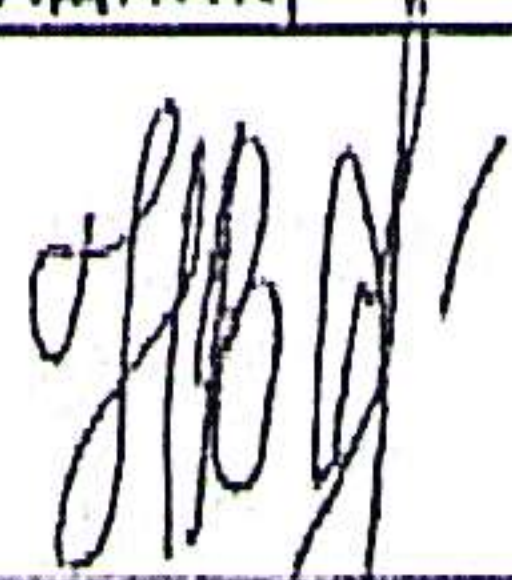
Зав. производством


МеньшакOVA О.С.

**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
5 день, 1 недели**

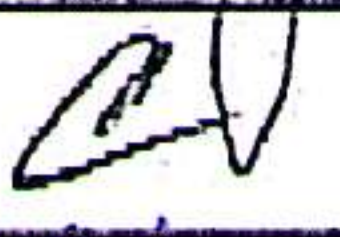
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Гуляш из птицы 50/50	100	14,39	16	3,21	214
Рис отварной	180	4,61	6	48,2	269
Бобовые отварные (горошек зеленый консервированный)	12	0,41		0,68	4
Батон йодированный	20	1,5	1	10,28	52
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Печенье "Венское"	30	1,8	4	18	115
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	557	22,91	27	95,4	715
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем, курой 250/10	260	5,05	3	12,6	95
Биточек Нежный	100	9,7	27	11,37	327
Картофельное пюре	180	3,97	6	26,5	178
Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	21	0,23		0,04	2
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	26	1,72		8,68	45
Батон йодированный	26	1,95	1	13,36	68
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	828	22,82	37	87,58	776
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	140	0,68	1	17,55	78
Хачапури с сыром	75	10,9	11	28,16	255
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	415	11,58	12	65,91	421

Заместитель генерального
директора



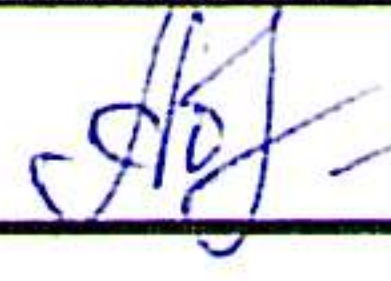
Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Меньшаков О.С.

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
6 день, 1 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Бризоль куриная	80	19,06	14	5,06	225
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7	47,57	298
Батон йодированный	30	2,25	1	15,42	79
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5	220	0,25		15,18	63
Блинчик с вишней 1шт	70	1,4	2	28,7	131
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	580	33,49	24	111,93	796
Обед					
Суп картофельный с яйцом, курой 250/15	265	8,64	4	20,12	154
Печень по-строгановски 50/50	100	13,32	11	7,36	183
Спагетти отварные	180	7,35	5	50,27	283
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	24	1,58		8,02	42
Батон йодированный	25	1,88	1	12,85	66
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	809	32,97	21	113,65	789
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Мандарин 1 шт	110	0,88		8,25	42
Рулет Эстонский с сыром	100	13,63	16	46,62	390
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	410	14,51	16	75,07	520

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством




Кравцов Д.С.

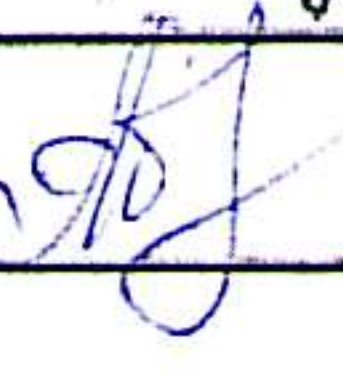
МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 1 день, 2 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Шницель из свинины рубленый	100	11,08	29	12,4	354
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Батончик к чаю	26	1,95	1	13,36	68
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Груша 1 шт	115	0,56		14,42	64
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	636	21,35	35	103,42	818
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным и мясом (говяд.конс.)	255	7,21	3	19,46	133
Птица тушенная в томатном соусе с овощами 50/50	100	14,57	15	3,34	206
Рис отварной	180	4,61	6	48,2	269
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	42	2,77	1	14,03	73
Печенье 1шт	20	1,1	7	11,9	111
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	812	30,46	32	111,96	853
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	140	0,68	1	17,55	78
Хачапури с сыром	75	10,9	11	28,16	255
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	415	11,58	12	65,91	421

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор


Стремянова Ю.Ю.


Зав. производством


Абрамова А.С.

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 2 день, 2 недели


Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Гуляш из свинины 50/50	100	11,34	29	4,5	322
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7	47,57	298
Бобовые отварные (горошек зеленый консервированный)	11	0,39		0,62	4
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	23	1,73	1	11,82	60
Блинчик с вишней 1шт	70	1,4	2	28,7	131
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	599	25,59	39	108,24	876
Обед					
Суп картофельный с рыбными консервами	260	4,09	5	19,91	143
Биточек Нежный	100	9,7	27	11,37	327
Картофельное пюре	180	3,97	6	26,5	178
Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	25	0,28		0,06	3
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	33	2,18		11,02	57
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	813	20,42	38	83,89	769
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	390	4,13	13	56,56	364

Заместитель генерального
директора



Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Женьшакова О.С.

**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
3 день, 2 недели**

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 200/4 (жидкая)	204	7,66	7	36,68	245
Бутерброд с сыром 18/23	41	6,41	5	11,82	122
Какао с молоком витаминизированное	200	3,97	4	20,09	132
Груша 1 шт	115	0,56		14,42	64
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	560	18,6	16	83,01	563
Обед					
Суп картофельный с яйцом, курой 250/10	260	7,04	4	20,08	146
Плов со свининой	200	11,86	24	43,21	436
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5	220	0,25		15,18	63
Хлеб ржаной	40	2,64		13,36	70
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	850	22,31	29	104,57	776
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Мандарин 1 шт	110	0,88		8,25	42
Рулет Эстонский с сыром	100	13,63	16	46,62	390
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	410	14,51	16	75,07	520

Заместитель генерального
директора



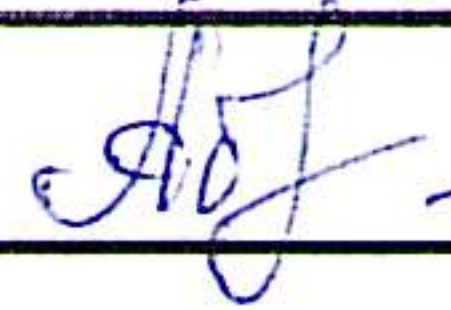
Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Меньшакова О.С.

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 4 день, 2 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Тефтели "Сочные" с соусом 70/50	120	8,2	15	9,05	202
Рис отварной	150	3,85	5	40,17	224
Бобовые отварные (кукуруза консервированная)	13	0,21		1,31	6
Батон йодированный	23	1,73	1	11,82	60
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	651	14,71	22	90,12	614
Обед					
Рассольник ленинградский с курой, сметаной 250/10/10	270	5,87	4	17,37	134
Гуляш из птицы 50/50	100	14,39	16	3,21	214
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,58		31,82	130
Хлеб ржаной	52	3,43	1	17,37	90
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	802	31,83	26	117,98	839
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	390	4,13	13	56,56	364

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством


Меньшакова О.С.

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
5 день, 2 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Котлета "Лакомка" из мяса птицы	100	14,54	20	9,7	280
Картофельное пюре	180	3,97	6	26,5	178
Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	20	0,22		0,04	2
Чай с низким содержанием сахара 200/10	210	0,2		10,03	41
Батон йодированный	20	1,5	1	10,28	52
Печенье 1шт	20	1,1	7	11,9	111
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	550	21,53	34	68,45	664
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной 255/10	255	3,35	4	12,87	102
Печень по-строгановски 50/50	100	13,32	11	7,36	183
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7	47,57	298
Бобовые отварные (горошек зеленый консервированный)	11	0,39		0,62	4
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	41	2,71		13,69	71
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	802	30,5	22	97,14	719
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	140	0,68	1	17,55	78
Хачапури с сыром	75	10,9	11	28,16	255
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	415	11,58	12	65,91	421

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Абрамова А.Р.

ДИРЕКТОР ООСШ №96
Меньшарова О.С.

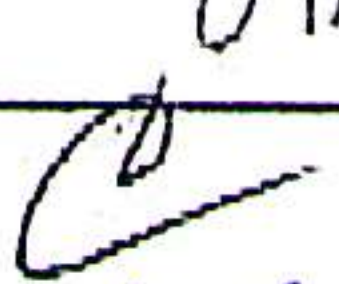
МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
6 день, 2 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак СЗ					
Медальон из курицы	100	21,7	15	21,48	304
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Батон йодированный	30	2,25	1	15,42	79
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Мандарин 1 шт	110	0,88		8,25	42
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак СЗ	635	32,59	21	108,39	757
Обед					
Щи из св.капусты с картофелем, мясом (говяд.конс.)	255	2,91	3	8,49	69
Котлета рыбная	100	13,46	8	18,56	203
Рис отварной	180	4,61	6	48,2	269
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	26	1,72		8,68	45
Батон йодированный	20	1,5	1	10,28	52
Слойка "Бантик"	18	1,67	6	11,32	103
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	814	26,07	24	120,56	802
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Мандарин 1 шт	110	0,88		8,25	42
Рулет Эстонский с сыром	100	13,63	16	46,62	390
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	410	14,51	16	75,07	520

Заместитель генерального
директора


Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор


Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством


Козырева А.С.