|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

 **для обучающихся 5-11 классов**

 **из многодетных семей**

 **1 неделя, понедельник, 1 день**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 620 | ВОК (макароны, курица и овощи) | 250 | 51,64 | 350 | 5 | 7 | 37 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону | 100 | 15,14 | 33 | 1 | - |  3 |
|  | гор. напит. | 686 | Чай с сахаром | 200 | 6,0 | 56 | 1 | - | 14 |
|  | хлеб |  | пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 | 4 | 1 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 590 | 78,78 | 556 | 11 | 8 | 74 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей** **1 неделя, вторник, 2 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 614/1 | Плов с курицей | 250 | 51,14 | 271 | 19 | 18 | 50 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону  | 100 | 15,14 | 37 | 1 | - | 3 |
|  | гор. напит. | 868/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 6,5 | 132 | - | - | 14 |
|  | хлеб |  | пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 | 4 | 1 |  20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 590 | 78,78 | 557 | 24 | 19 | 87 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей** **1 неделя, среда, 3 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак |  | 694/1 | Тефтели рыбные в соусе | 100 | 36,64 | 109,35 | 12,96 | 5,2 | 3,19 |
|  |  | 563/1 | Пюре картофельное | 180 | 15,0 | 190,26 | 6,45 | 7,27 | 19,6 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону | 100 | 15,14 | 36,72 | 0,86 | 0,1 | 2,8 |
|  | напиток | 686 | Чай с сахаром | 200 | 6,0 | 132 | 0,2 | - | 32,6 |
|  | хлеб |  | пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 | 4,42 | 0,56 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 620 | 78,78 | 585,33 | 26,86 | 13,13 | 78,19 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей****1 неделя, четверг, 4 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо |  328 | Каша молочная | 250 | 29,14 | 218,75 | 2,62 | 7,5 |  40,6 |
|  |  | 584 | Бутерброд с маслом | 50 | 15,6 | 126 | 7,6 | 18 | 10 |
|  | гор. напит. | 686 | Чай с сахаром | 200 | 6,0 | 56 | 1,4 | 0,0 | 0,14 |
|  | хлеб |  | Кондитерские изделия | 20 | 28,04 | 170 | 2 | 2 | 13 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 520 | 78,78 | 570,75 | 13,62 | 27 | 63,74 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей****1 неделя, пятница, 5 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 516 | Котлета мясная  | 100 | 38,41 | 118,56 | 4,57 | 6,91 | 36,81 |
|  |  | 413 | Гречка отварная  | 180 | 13,23 | 182,7 | 14,34 | 9,16 | 0,98 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону | 100 | 15,14 | 20,4 | 0,48 | 0,06 | 1,56 |
|  | гор. напит. | 847/1 | Чай с сахаром  | 200 | 6,0 |  56 | 1 | - | 14 |
|  | хлеб |  | пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 | 4,42 | 0,56 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 620 | 78,78 | 494,66 | 22,81 | 16,69 | 73,35 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей****2 неделя, понедельник, 6 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 42 | Гречка по-купечески(с мясом курицы) | 250 | 51,14 | 165 | 5 | 5 | 24 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону | 100 | 15,14 | 33 | 1 | 0,15 | 2,57 |
|  | напит. | 686 | Компот из сухофруктов  | 200 | 6,5 | 132 | 0,53 | - | 33 |
|  | хлеб |  | пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 | 4 | 1 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 590 | 78,78 | 447,4 | 10,53 | 6,15 | 79,57 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей****2 неделя, вторник, 7 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 620/1 | Куриная котлета  | 100 | 38,41 | 215 | 23,77 | 26,2 | 32,16 |
|  |  | 681/1 | Вермишель отварная | 180 | 13,23 | 168 | 9 | 8 | 10 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону | 100 |  15,14 | 33 | 1 | - | 3 |
|  | напит. | 686 | Чай с сахаром | 200 | 6,0 | 28 | 1 | 1 | - |
|  | хлеб |  | Пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 | 4 | - | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 620 | 78,78 | 561,85 | 38,77 | 35,2 | 65,16 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей****2 неделя, среда, 8 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 768 | Рыба, запеченная в панировке | 100 | 38,41 | 120 | 9,8 | 10,76 | 12,11 |
|  |  | 563/1 | Рис отварной | 180 | 13,23 | 173 | 6 | 7 | 20 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону | 100 | 15,14 | 37 | 1 | - | 3 |
|  | напит. | 686 | Чай с сахаром  | 200 | 6,0 | 132 | - | - | 32 |
|  | хлеб |  | пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 |  4 | 1 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 620 | 78,78 |  578,72 | 20,8 | 17,76 | 86,11 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей****2 неделя, четверг, 9 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 328 | Каша молочная | 250 | 28,64 | 218 | 3,6 | 7 |  21 |
|  |  | 686 | Компот из сухофруктов  | 200 | 6,5 | 170 | 3 | 2 |  13 |
|  | гор. напит. |  | Кондитерские изделия | 20 | 28,04 | 60 | 1 | - | 18 |
|  | хлеб | 584 | Бутерброд с маслом | 50 | 15,6 | 129 | 8 | 18 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 520 | 78,78 | 574 | 14,6 | 27 | 72 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СогласованоДиректор МБОУ   | **Ежедневное меню****для обучающихся 5-11 классов**  **из многодетных семей****2 неделя, пятница, 10 день** | УТВЕРЖДАЮИП Атаян\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа |  |  |  | Отд./корп. |  | День |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Угле-воды |
| Завтрак | гор. блюдо | 516 | Шницель мясной | 100 | 38,41 | 215 | 4,57 | 26 | 32,16 |
|  |  | 5 | Овощи по сезону | 100 | 15,14 | 37 | 1 | - | 3,3 |
|  | напит. | 686 | Чай с сахаром  | 200 | 6,0 | 132 | 4 | 1 | 20 |
|  | хлеб |  | пшеничный йодированный | 40 | 6,0 | 117 | 3,04 | 0,36 | 19,88 |
|  |  |  | Макароны отварные  | 180 | 13,23 | 160 | 9 | 8 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Итого: | 620 | 78,78 | 661 | 18,57 | 35 | 65,16 |