



Е.О.Росенбах  
Р.Ф. Калинико

**Меню**  
**ШКОЛА №2**  
**ПОНЕДЕЛЬНИК**

05 апреля 2021г. - 09 апреля 2021г

Завтрак		Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У				
Каша овсяная с яблоком	200/10	9,47	11,56	42,83	230,32		173	
Сыр плавленый	20	0,08	7,27	0,15	66		14	
Сыр плавленый	30	7,92	7,98		103,08	0,24	15	
Корочный напиток с медом и сливочным маслом	180	2,65	1,79	18,83	102,06	0,34	380	
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>24,27</b>	<b>30,16</b>	<b>90,97</b>	<b>700,26</b>			
Обед		Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У				
Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9	66,13	216	2,2	102	
Гречка	20	2,4	0,4	12,6	63		371	
Печень ло-строгановски	60/60	48,73	39,37	11,23	555	1,2	255	
Каша гречневая	150	11,63	9,68	62,9	385,18		171	
Макаронные изделия (2 сорта)	1			23,12	92,5			
Сок 0,2	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
Хлеб пшеничный	25	1,19	0,75	12,45	63,5			
Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	63,5			
<b>Итого за Обед</b>		<b>71,85</b>	<b>59,92</b>	<b>202,83</b>	<b>1437,18</b>			
<b>Итого за день 165 рублей 17 копеек</b>								

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда **ВТОРНИК**

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
Икра кабачковая ттх	60	1,14	5,34	4,62	71,4	4,2		
Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326	
Зразы рубленные (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274	
Макаронные изделия стандартные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309	
Сок фруктовый и ягодный	180	0,9	0,18	21,96	91,44	18	389	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>21,62</b>	<b>32,83</b>	<b>93,74</b>	<b>807,49</b>	<b>24,34</b>		
<b>Обед</b>								
Зеленый горошек	60	3,96	9,24	53,62	8,63	82,02		
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02	
Рагу из птицы с овощами	240	12,69	11,85	15,36	219,28	11,44	289,05	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388	
Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04		
Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	63,5			
<b>Итого за Обед</b>		<b>21,92</b>	<b>17,28</b>	<b>99,9</b>	<b>633,32</b>	<b>21,31</b>		
<b>Итого за день 165 рублей 17 копеек</b>								

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда **СРЕДА**

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
Каша вязкая молочная	200/10	12,58	13,67	63,44	302,59		174	
Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377	
Йогурт (стакан)	1	3,13	3,63	14,12	98,75	1,06		
Бутерброды с маслом и сыром 30/10/20	30/10/20	15,76	21,09	34,42	390,3	0,27	3,03	
Хлеб пшеничный	40	1,91	1,2	19,92	85,6			
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03		
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>35,29</b>	<b>40,1</b>	<b>157,5</b>	<b>990,24</b>			
<b>Обед</b>								
Секлет стандартный	60	0,87	3,63	4,98	55,68	3,99	75	
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03	
Пюре из брокколи-цуккини	240	23,31	27,09	74,61	600,87	7,8	291	
Компот из ягод (заморожен)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06	
Турбина с повидлом	50	0,06	0,21	0,42	3,84		449	
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
Хлеб ржаной	35	1,67	1,05	17,43	74,9			
<b>Итого за Обед</b>		<b>31,91</b>	<b>35,3</b>	<b>171,29</b>	<b>1112,69</b>			
<b>Итого за день 165 рублей 17 копеек</b>								

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда **ЧЕТВЕРГ**

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
Суджле из рыбы (минтай) с капустой	90	2,57	6,43	8,37	145,31	0,9	235	
Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,62	18,2	312	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
Фрукт свежий	1	0,9	0,8	19,5	84			
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>9,92</b>	<b>13,71</b>	<b>130,08</b>	<b>689,63</b>			
<b>Обед</b>								
Распашки ленинградский из картофеля бульон	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02	
Бигус с сытным бульоном	240	9,49	8,42	9,38	151,28	6,08	232	
Кисель	200	0,1	0,04	30,12	121	3	352	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	63,5			
<b>Итого за Обед</b>		<b>19,78</b>	<b>15,03</b>	<b>114,29</b>	<b>616,77</b>	<b>3</b>		
<b>Итого за день 165 рублей 17 копеек</b>								

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда **ПЯТНИЦА**

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
Бутерброды с маслом 20/10	20/10	2,42	8,05	16,13	146,5		1,04	
Запеканка из творога со сладким соусом 150/20	150/20	44,19	56,1	47,6	432		223	
Чай с сахаром	200	0,1	0,05	15	60	0,03	376	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>46,71</b>	<b>64,2</b>	<b>78,23</b>	<b>639,5</b>	<b>0,82</b>		
<b>Обед</b>								
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02	
Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326	
Котлеты рубленные из картофеля	100	29	23	47,6	388	0,06	295	
Рис отваренный	150	3,6	4,75	52,4	255,83		305	
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388	
Хлеб пшеничный	35	2,8	0,84	16,8	84	0,06		
Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
<b>Итого за Обед</b>		<b>34,84</b>	<b>34,65</b>	<b>185,85</b>	<b>1064,19</b>	<b>1</b>		
<b>Итого за день 165 рублей 17 копеек</b>								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова