

Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

20 г.

1 день, понедельник, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг	
<b>Завтрак</b>																
81	Фрикадельки "Петушок"	60,0	10,97	3,13	5,61	94,34	10,1	1,69	8,5	0,17	17,23	28,26	0,26	0,01	0	44,61
94/2008	Рис припущенный	160,0	3,71	4,60	39,08	213,10	11,45	24,77	75,41	0,55	20,01	36,92	0,28	0,03	0	21,31
528/1994	Соус красный основной	50,0	0,38	0,91	3,00	21,39	3,61	2,69	5,85	0,11	0	84	0,51	0,01	0,33	1,82
147	Чай с молоком	200,0	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,32
2	Батон школьный	68,2	5,85	2,60	39,83	205,34	12,16	8,28	45,82	0,65	1,33	2,31	1,78	0,07	0	4,94
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>538,24</b>	<b>22,46</b>	<b>12,39</b>	<b>103,45</b>	<b>611,20</b>	<b>90,51</b>	<b>43,52</b>	<b>174,7</b>	<b>1,56</b>	<b>44,58</b>	<b>162,48</b>	<b>2,83</b>	<b>0,14</b>	<b>0,59</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250,0	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	20,61
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
75	Котлета Детская(свинина)	90,0	12,36	24,43	12,41	318,05	27,52	19,07	138,7	1,57	44,31	47,17	2,92	0,44	0,88	63,90
510	Каша гречневая вязкая	150,0	4,47	4,94	23,28	149,48	12,02	65,54	99,08	2,23	18,76	35,36	0,35	0,12	0	15,94
2	Батон школьный	75,8	6,50	2,89	44,26	228,18	13,51	9,2	50,92	0,72	1,48	2,56	1,98	0,08	0	5,49
686	Чай с лимоном	200,0/7,	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>785,33</b>	<b>28,86</b>	<b>37,86</b>	<b>103,80</b>	<b>858,50</b>	<b>94,31</b>	<b>115,5</b>	<b>330,6</b>	<b>5,6</b>	<b>86,57</b>	<b>320,28</b>	<b>5,51</b>	<b>0,69</b>	<b>14</b>	<b>121,50</b>

№ "СОЩ №28"



Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**

Утверждаю  
 Директор ООО "Экспресс-сервис"  
 В.И. Покрас

20 г.



2 день, вторник, 7-11 лет, весенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг		С, мг
<b>Завтрак</b>																
72	Салат Зимний	59,1	2,38	7,29	5,29	94,62	16,75	11,6	48,97	1,42	30,4	155,52	2,75	0,06	6,08	16,45
271	Котлеты домашние	50,0	2,91	7,17	6,41	101,53	6,82	5,64	32,26	0,42	1,65	1,85	1,45	0,08	0,12	33,48
97	Макаронные изделия отварные	150,0	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
686	Чай с лимоном	200,0/7,	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
2	Батон школьный	50,0	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>516,09</b>	<b>15,27</b>	<b>20,64</b>	<b>90,05</b>	<b>602,07</b>	<b>53,15</b>	<b>31,86</b>	<b>158,4</b>	<b>3,2</b>	<b>50,7</b>	<b>191,83</b>	<b>6,35</b>	<b>0,26</b>	<b>7,32</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
132	Рассольник Ленинградский	220,0	1,91	3,50	15,14	98,09	19,41	20,13	56,73	0,79	15,58	207,37	0,22	0,07	5,9	23,31
252	Сметана	20,0	0,49	3,92	0,67	40,24	16,86	1,57	11,76	0,04	29,4	32	0,08	0,01	0,06	8,48
4	Котлета Волна /филе/	90,0	17,33	6,05	13,34	176,44	28,35	8,94	44,54	0,68	21,6	34,38	2,63	0,03	0,22	63,03
514	Горох отварной	150,0	14,50	6,91	41,67	273,95	88,25	73,61	222,9	4,82	40,12	45,84	0,57	0,5	0	18,39
2	Батон школьный	75,4	6,47	2,88	44,02	226,94	13,44	9,15	50,64	0,72	1,47	2,55	1,97	0,08	0	5,46
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>755,42</b>	<b>40,88</b>	<b>23,29</b>	<b>128,58</b>	<b>868,90</b>	<b>166,7</b>	<b>113,4</b>	<b>386,6</b>	<b>7,08</b>	<b>108,2</b>	<b>322,15</b>	<b>5,47</b>	<b>0,68</b>	<b>6,17</b>	<b>121,50</b>

0105

Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**



Утверждаю  
Директор ООО «Экспресс-сервис»  
В.И. Покрыс

20 г.



3 день, среда, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
<b>Завтрак</b>																
ТТК 248	Котлета рыбная /минтай с яйцом/	50,0	3,90	4,52	7,68	98,80	24,01	19,37	93,15	0,67	13,67	16,59	2,21	0,06	0,07	30,93
92	Картофельное пюре	150,0	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	34,41
2	Батон школьный	38,0	3,26	1,45	22,17	114,31	6,77	4,61	25,51	0,36	0,74	1,28	0,99	0,04	0	2,75
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
770/2004	Булочка дорожная	100,0	6,79	3,99	53,87	276,08	13,13	9,83	54,62	0,77	7,08	13,06	1,89	0,09	0	10,08
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>537,99</b>	<b>20,22</b>	<b>15,32</b>	<b>119,06</b>	<b>687,76</b>	<b>85,5</b>	<b>62,34</b>	<b>258,6</b>	<b>2,9</b>	<b>40,69</b>	<b>70,63</b>	<b>5,29</b>	<b>0,3</b>	<b>10,35</b>	<b>81,00</b>

Обед

46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250,0	2,67	2,21	20,35	110,39	19,35	21,52	55,64	0,89	8,85	268,58	0,31	0,08	6,45	19,96
76	Котлета Загядка(свинина)	90,0	11,43	22,35	10,21	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	60,23
534	Капуста тушеная	150,0	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	29,79
2	Батон школьный	87,0	7,46	3,32	50,79	261,85	15,51	10,56	58,43	0,83	1,7	2,94	2,27	0,09	0	6,30
686	Чай с лимоном	200,0/7,	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>784,02</b>	<b>25,16</b>	<b>31,96</b>	<b>112,50</b>	<b>825,29</b>	<b>154,3</b>	<b>81,9</b>	<b>299,3</b>	<b>4,3</b>	<b>43,89</b>	<b>404,55</b>	<b>5,53</b>	<b>0,58</b>	<b>41,05</b>	<b>121,50</b>

0105

Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова  
20 г.

**МЕНЮ**

Утверждено  
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Цокрас  
20 г.

**"Экспресс-сервис"**

4 день, четверг, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход,		Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.
		г	г					Са	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	
<b>Завтрак</b>																
ТТК 250	Творожно - банановое суфле	69,3	8,25	5,29	16,17	143,32	72,7	19,92	107,8	0,52	44,19	53,21	0,24	0,03	2,55	41,07
ТТК 152	Сгущенное молоко (соус)	10,0	0,68	0,75	5,05	28,75	27,02	2,96	19,05	0,02	2,52	4,7	0,02	0	0,04	5,72
302/2004	Каша пшеничная молочная	200,0	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	27,76
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
2	Батон школьный	50,0	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>529,32</b>	<b>21,46</b>	<b>17,24</b>	<b>105,57</b>	<b>654,72</b>	<b>226,4</b>	<b>76,94</b>	<b>338,7</b>	<b>2,36</b>	<b>88,57</b>	<b>136,32</b>	<b>1,88</b>	<b>0,27</b>	<b>3,09</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
138	Суп картофельный с горохом	250,0	5,07	4,18	21,00	137,01	36,75	33,53	94,44	1,76	17,7	234,55	0,3	0,17	4,6	20,26
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
239	Котлета куриная (с луком)	90,0	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	52,75
97	Макаронные изделия отварные	185,0	6,72	5,21	43,29	246,38	21,96	9,63	52,14	0,99	21,81	40,23	1,03	0,08	0	27,41
2	Батон школьный	76,3	6,54	2,91	44,50	229,44	13,59	9,25	51,2	0,72	1,49	2,58	1,99	0,08	0	5,52
686	Чай с лимоном	200,0/7,4	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>820,75</b>	<b>37,67</b>	<b>19,88</b>	<b>140,70</b>	<b>882,66</b>	<b>129,8</b>	<b>67,75</b>	<b>247</b>	<b>4,59</b>	<b>49,42</b>	<b>288,51</b>	<b>6,32</b>	<b>0,4</b>	<b>6,03</b>	<b>121,50</b>

0103

Согласовано

МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Цокрас

г.

"

"

г.

6 день, суббота, 7-11 лет, весенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.
			всего	всего				Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	
<b>Завтрак</b>																
267	Апельсин под абрикосовым соусом	84,3	0,69	0,14	17,73	70,85	25,61	10,46	17,8	0,28	0	16,21	0,24	0,03	39,73	35,49
302	Каша овсяная молочная	200,0	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	27,17
2	Батон школьный	50,0	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
14	Масло сливочное	5,0	0,03	4,13	0,04	37,38	0,6	0	0,95	0,01	29,5	32,65	0,05	0	0	9,50
686	Чай с лимоном	200,0/7,	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>546,30</b>	<b>14,23</b>	<b>16,53</b>	<b>105,26</b>	<b>613,00</b>	<b>190,7</b>	<b>88,92</b>	<b>317,3</b>	<b>2,95</b>	<b>76,48</b>	<b>101,96</b>	<b>2,52</b>	<b>0,37</b>	<b>42,09</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
109	Пуштые шьд	250,0	3,34	3,21	18,05	112,49	25,48	25,96	78,71	1,19	23,85	245,33	0,25	0,1	8,6	26,85
197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
155	Гуляш куриный	50,0/50,	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	51,82
85	Каша перловая с овощами	150,0	5,18	14,04	39,92	300,38	35,89	30,59	184,8	1,22	0	440	7,28	0,07	0,79	9,50
2	Батон школьный	44,5	3,81	1,70	25,96	133,84	7,93	5,4	29,87	0,42	0,87	1,5	1,16	0,05	0	3,22
158	Напиток Здоровье	200,0	0,11	0,07	23,93	92,40	3,96	2,63	2,41	0,37	0	0,63	0,15	0	1,26	19,77
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>756,98</b>	<b>29,28</b>	<b>26,13</b>	<b>112,64</b>	<b>789,10</b>	<b>87,59</b>	<b>73,31</b>	<b>311,1</b>	<b>3,82</b>	<b>29,04</b>	<b>708,96</b>	<b>11,23</b>	<b>0,24</b>	<b>11,96</b>	<b>121,50</b>

0106

Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

20 г.

**«Экспресс-сервис»**

7 день, понедельник, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
<b>Завтрак</b>																
270	Котлеты Московские	50,0	1,68	5,23	6,70	80,40	5,57	3,53	16,39	0,26	0,16	0,29	1,34	0,05	0,07	35,47
510	Каша гречневая вязкая	170,0	5,06	5,60	26,38	169,41	13,62	74,28	112,3	2,53	21,26	40,07	0,4	0,13	0	18,06
2	Батон школьный	77,9	6,68	2,97	45,47	234,44	13,88	9,45	52,31	0,74	1,52	2,63	2,03	0,08	0	5,64
280	Масло сливочное	10,0	0,08	7,25	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0	19,00
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>507,91</b>	<b>13,68</b>	<b>21,09</b>	<b>92,44</b>	<b>603,55</b>	<b>35,87</b>	<b>87,26</b>	<b>184</b>	<b>3,59</b>	<b>62,95</b>	<b>88</b>	<b>3,88</b>	<b>0,26</b>	<b>0,07</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
56	Суп из овощей	200,0	1,55	3,09	9,74	70,55	21,43	16,27	40,86	0,59	14,16	192,09	0,16	0,06	7,2	19,65
ТТК 197	Окорочок куриный / 1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
77	Котлета Здоровье(свинина)	90,0	11,72	20,20	4,93	247,62	21,68	20,53	117,6	1,37	23,4	318,42	2,61	0,46	0,14	62,24
173	Каша вязкая пшеничная	150,0	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	22,49
2	Батон школьный	70,0	6,00	2,67	40,85	210,63	12,47	8,49	47	0,66	1,37	2,37	1,83	0,07	0	3,95
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>722,50</b>	<b>27,33</b>	<b>36,31</b>	<b>101,04</b>	<b>831,40</b>	<b>78,15</b>	<b>70,69</b>	<b>304</b>	<b>4,66</b>	<b>101,1</b>	<b>578,17</b>	<b>5,42</b>	<b>0,71</b>	<b>7,34</b>	<b>121,50</b>

0103

Согласовано

МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Нокрас

20 г.



8 день, вторник, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г		Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.	
		г	г				Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг
<b>Завтрак</b>															
17	Салат из квашеной капусты	62,3	6,17	3,11	54,84	25,41	8,66	18,73	0,35	0	1,43	0,01	15,25	10,83	
239	Котлета куриная (с луком)	50,0	9,90	3,21	102,24	28,94	6,37	26,61	0,4	2,28	6,12	0,03	0,17	29,31	
92	Картофельное пюре	150,0	21,58	5,31	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	10,28	34,41	
2	Батон школьный	50,0	29,18	1,91	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	
685	Чай с сахаром	200,0	13,76	0,04	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>512,25</b>	<b>17,14</b>	<b>13,59</b>	<b>80,59</b>	<b>104,9</b>	<b>49,63</b>	<b>164,2</b>	<b>2,32</b>	<b>22,46</b>	<b>47,5</b>	<b>4,56</b>	<b>0,21</b>	<b>25,71</b>	<b>81,00</b>

**Обед**

138	Суп картофельный с горохом	230,0	19,32	3,85	126,05	33,81	30,85	86,88	1,62	16,28	215,79	0,28	0,15	4,23	18,63
76	Котлета Загадка(свинина)	90,0	11,43	22,35	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	60,23
534	Капуста тушеная	150,0	17,08	4,03	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	29,79
2	Батон школьный	59,7	34,83	2,28	179,55	10,63	7,24	40,07	0,57	1,16	2,02	1,56	0,06	0	4,32
254	Напиток лимонный	200,0	22,52	0,01	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	8,53
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>729,67</b>	<b>24,70</b>	<b>32,52</b>	<b>103,96</b>	<b>167,3</b>	<b>88,84</b>	<b>313,9</b>	<b>4,84</b>	<b>50,79</b>	<b>351,01</b>	<b>4,8</b>	<b>0,62</b>	<b>40,27</b>	<b>121,50</b>

0005

Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**

9 день, среда, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.
			всего	всего	всего	Ca			Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	
<b>Завтрак</b>																
43	Салат Степной	79,6	1,36	7,13	6,91	94,77	14,99	15,72	36,73	2,32	0	330,28	3,64	0,05	2,13	17,74
77	Котлета Здоровье(свинина)	50,0	6,51	11,22	2,74	137,56	12,05	11,4	65,36	0,76	13	176,9	1,45	0,25	0,08	34,58
97	Макаронные изделия отварные	150,0	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
2	Батон школьный	50,0	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>529,59</b>	<b>17,79</b>	<b>24,54</b>	<b>87,69</b>	<b>635,78</b>	<b>54,14</b>	<b>41</b>	<b>177,9</b>	<b>4,4</b>	<b>31,66</b>	<b>541,49</b>	<b>7,23</b>	<b>0,42</b>	<b>2,21</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250,0	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	21,52
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
67	Биточки Диетические ( свинина)	90,0	11,55	26,04	2,75	289,99	29,42	22,45	129,8	1,29	22,05	276,1	2,5	0,49	10,94	61,99
508	Каша гречневая рассыпчатая	150,0	8,49	6,97	44,30	262,63	18,14	124,5	187,2	4,21	23,9	45,51	0,64	0,22	0	18,65
2	Батон школьный	52,2	4,48	1,99	30,47	157,10	9,3	6,34	35,06	0,5	1,02	1,76	1,36	0,05	0	3,78
686	Чай с лимоном	200,0/7,4	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>761,71</b>	<b>30,03</b>	<b>40,61</b>	<b>105,03</b>	<b>886,12</b>	<b>98,46</b>	<b>177,2</b>	<b>398,4</b>	<b>7,35</b>	<b>68,98</b>	<b>514,26</b>	<b>4,77</b>	<b>0,82</b>	<b>20,12</b>	<b>121,50</b>

0003



Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова  
20 г.

**МЕНЮ**

10 день, четверг, 7-11 лет, весенне-летний период



№	Наименование блюда	Выход,		Белки, всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.	
		г	г					Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг
<b>Завтрак</b>																
268	Десерт в фруктовом соусе	86,2	0,39	0,21	28,21	109,40	14,53	8,38	10,89	1,29	0	24,69	0,31	0,02	5,21	21,16
119	Каша Дружба	200,0	7,14	8,82	44,28	283,27	127,2	44,76	177,4	1,03	57,79	65,89	0,23	0,16	1,24	27,02
686	Чай с лимоном	200,0/7,4	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
738	Пирожки печеные с мясом	60,0	7,95	3,03	20,47	140,44	10,36	9,91	69,11	0,87	3,24	7,28	1,55	0,05	0,03	27,60
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>553,16</b>	<b>15,72</b>	<b>12,12</b>	<b>107,04</b>	<b>588,81</b>	<b>155</b>	<b>63,79</b>	<b>258,8</b>	<b>3,27</b>	<b>61,03</b>	<b>97,99</b>	<b>2,11</b>	<b>0,23</b>	<b>7,6</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
17	Салат из квашеной капусты	60,0	0,93	3,00	5,94	52,86	24,49	8,35	18,05	0,34	0	0	1,38	0,01	14,7	10,44
48	Суп Крестьянский с крупой	200,0	1,53	3,09	11,78	79,21	22,15	14,75	36,57	0,5	14,16	187,44	0,16	0,03	6,4	15,85
239	Котлета куриная (с луком)	90,0	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	52,75
92	Картофельное пюре	150,0	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	34,41
2	Батон школьный	72,1	6,18	2,75	42,08	216,95	12,85	8,75	48,41	0,68	1,41	2,44	1,88	0,08	0	5,22
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>772,10</b>	<b>27,41</b>	<b>19,98</b>	<b>112,97</b>	<b>731,63</b>	<b>153,2</b>	<b>71,84</b>	<b>236,2</b>	<b>3,33</b>	<b>38,87</b>	<b>240,58</b>	<b>6,55</b>	<b>0,29</b>	<b>31,7</b>	<b>121,50</b>

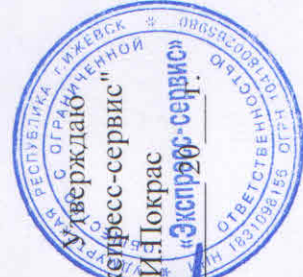
0106

Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова

20 г.

**МЕНЮ**



Директор ООО "Экспресс-сервис"  
В.И. Покрас

11-день, пятница, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход,		Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена,	
		г	г					Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг
<b>Завтрак</b>																
302	Каша овсяная молочная	200,0	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	27,17
112	Омлет натуральный	60,0	5,25	6,37	1,29	83,28	45,74	7,02	83,65	0,87	70,42	123,43	0,28	0,03	0,12	28,04
2	Батон школьный	54,6	4,68	2,08	31,84	164,17	9,72	6,62	36,63	0,52	1,06	1,84	1,42	0,06	0	3,95
693	Какао с молоком	200,0	3,79	3,04	26,05	139,86	123,2	30,38	113,9	1,02	19,6	22,12	0,01	0,04	1,27	21,84
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>514,56</b>	<b>22,71</b>	<b>21,79</b>	<b>103,41</b>	<b>685,94</b>	<b>331,3</b>	<b>115,7</b>	<b>497,8</b>	<b>4,52</b>	<b>137,1</b>	<b>198,67</b>	<b>2,63</b>	<b>0,41</b>	<b>2,65</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
132	Рассольник Ленинградский	210,0	1,82	3,34	14,45	93,64	18,52	19,21	54,15	0,75	14,87	197,95	0,21	0,07	5,63	22,25
268	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	90,0	11,92	21,64	15,53	304,10	35,61	22,86	128,8	1,55	3,71	5,3	3,24	0,35	0,06	64,20
97	Макаронные изделия отварные	150,0	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
2	Батон школьный	58,4	5,01	2,23	34,10	175,82	10,41	7,09	39,23	0,55	1,14	1,97	1,52	0,06	0	4,23
153	Компот из сухофруктов	200,0	1,22	0,07	34,54	130,71	35,73	22,84	31,76	0,75	0	145,75	1,38	0,02	0,4	8,59
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>708,43</b>	<b>25,43</b>	<b>31,50</b>	<b>133,73</b>	<b>904,03</b>	<b>118,1</b>	<b>79,81</b>	<b>296,2</b>	<b>4,41</b>	<b>37,4</b>	<b>383,59</b>	<b>7,18</b>	<b>0,56</b>	<b>6,08</b>	<b>121,50</b>

0103

Согласовано  
МБОУ "СОШ №28"

Е.В. Варламова  
" " " 2012 г.

**МЕНЮ**

12 день, суббота, 7-11 лет, весенне-летний период

Утверждаю  
Директор ООО "Экспресс-сервис"  
В.И. Покрас  
" " " 2012 г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг		C, мг
<b>Завтрак</b>																
ТТК 229	Салат Летний	68,8	1,89	7,20	4,62	89,89	15,09	9,55	38,08	0,6	15,47	47	3,23	0,03	3,58	28,14
271	Котлеты домашние	50,0	2,91	7,17	6,41	101,53	6,82	5,64	32,26	0,42	1,65	1,85	1,45	0,08	0,12	33,48
510	Каша пшениная вязкая	150,0	4,08	4,94	23,89	155,94	14,33	27,37	77,87	0,93	18,76	35,73	0,17	0,11	0	12,93
2	Батон школьный	50,0	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>518,77</b>	<b>13,35</b>	<b>21,25</b>	<b>77,86</b>	<b>551,04</b>	<b>45,54</b>	<b>48,63</b>	<b>181,8</b>	<b>2,47</b>	<b>36,86</b>	<b>86,28</b>	<b>6,15</b>	<b>0,28</b>	<b>3,7</b>	<b>81,00</b>
<b>Обед</b>																
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	210,0	2,25	1,86	17,09	92,72	16,25	18,08	46,73	0,75	7,43	225,6	0,26	0,07	5,42	16,76
ТТК 197	Окорочок куриный / I блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
260	Гуляш из свинины	50,0/50,0	11,29	26,26	3,50	294,97	21,58	19,72	121	1,21	0	16	2,3	0,52	3,02	62,19
94/2008	Рис припущенный	150,0	3,48	4,31	36,63	199,78	10,73	23,22	70,69	0,52	18,76	34,61	0,26	0,03	0	19,98
2	Батон школьный	51,1	4,38	1,95	29,83	153,79	9,11	6,2	34,32	0,49	1	1,73	1,33	0,05	0	3,70
254	Напиток лимонный	200,0	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	8,53
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>723,61</b>	<b>25,14</b>	<b>36,14</b>	<b>109,58</b>	<b>859,84</b>	<b>66,47</b>	<b>72,02</b>	<b>275,9</b>	<b>3,42</b>	<b>31,51</b>	<b>278,26</b>	<b>4,24</b>	<b>0,69</b>	<b>11</b>	<b>121,50</b>

203