



ДАТА: 19.04.2021



Утверждаю:
Директор школы
А.Н. Иванова
Приказ № 1Б от 11.01.2021

День: понедельник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Запеканка из творога со сгущ.молоком	150/30	36	24	36
Хлеб пшеничный	45	2,842	1,642	13,558
Масло/ сыр порционно	10/10	3/5	2,68/23	1,14/12
Чай сладкий	200	12	3.06	13
Фрукт	100	0,4	0.3	10.3
ОБЕД				
Борщ со сметаной	200	3,08	1,74	5,42
Рис отварной	180	4,5	6,8	39
Котлета мясная	80	8,826	3,546	3,264
Компот из с\ф	200	1,04	0	26,96
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84

День: понедельник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Запеканка из творога со сгущ.молоком	180/30	37	25	37
Хлеб пшеничный	45	2,842	1,642	13,558
Масло/ сыр порционно	10/10	3/5	2,68/23	1,14/12

Чай сладкий	200	12	3,06	13
Фрукт	100	0,4	0,3	10,3
ОБЕД				
Борщ со сметаной	250	7,84	2,48	7,45
Рис отварной	180	4,5	6,8	39
Котлета мясная	80	8,826	3,546	3,264
Компот из с\ф	200	1,04	0	26,96
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84
Овощи сезонно	25	2,6	2,68	1,14



ДАТА: 20.04.2021

Утверждаю:
Директор школы
А.Н. Иванова
Приказ № 1Б от 11.01.2021

День: вторник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Каша Дружба	200	6,32	10,18	26,34
Хлеб пшеничный	45	2,842	1,642	13,558
Масло/ сыр порционно	10/10	3/5	2,68/23	1,14/12
Какао на молоке	200	4,2	3,62	17,28
Банан	100	1,5	0,1	21
ОБЕД				
Суп гороховый	200	4,16	1,84	10,4
Пюре картофельное	150	3,255	4,68	8,04
Котлета рыбная	80	6,02	4,94	6,5
Чай сладкий	200	12	3,06	13
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84

День: среда
Неделя: вторая
Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Макароны отварные	180	5,14	6,48	14,74
Тефтели мясные в соусе	50/30	7,7	9,6	9
Хлеб пшеничный	45	2,842	1,642	13,558
Овощи сезонно	25	2,6	2,68	1,14
Чай сладкий	200	12	3,06	13
Фрукт	100	0,2	0,3	8,0
ОБЕД				
Суп рыбный	200	8.14	2.08	13.32
Печень по-строгановски	70	8,76	6,312	5,42
Греча отварная	150	8,55	7,23	41,175
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84
Чай сладкий	200	12	3,06	13

День: среда
Неделя: вторая
Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Макароны отварные	180	5,14	6,48	14,74
Тефтели мясные в соусе	80/30	7,7	9,6	9
Хлеб пшеничный	50	2,842	1,642	13,558
Овощи сезонно	25	2,6	2,68	1,14
Чай сладкий	200	12	3,06	13
Фрукт	100	0,2	0,3	8,0
ОБЕД				
Суп рыбный	250	8.14	2.08	13.32
Печень по-строгановски	70	8,76	6,312	5,42
Греча отварная	180	8,55	7,23	41,175

Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84
Чай сладкий	200	12	3,06	13

ДАТА: 22.04.2021



Утверждаю:
 Директор школы
 А.Н. Иванова
 Приказ № 1Б от 11.01.2021

День: четверг
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Омлет натуральный	150	10	13	14,5
Сосиска отварная	60	6	12	0,48
Чай с сахаром	200	12	3,06	13
Хлеб пшеничный	50	2,942	1,642	13,558
Сыр с маслом порционно	10/10	2,6/4.5	2,68/23	1,14/12
Овощи сезонно	25	2,6	2,68	1,14
Фрукт	100	0,4	0,3	10,3
ОБЕД				
Суп крестьянский со сметаной	200	2,42	1,62	13,2
Жаркое по - домашнему с курицей	150/80	9,78	10,145	17,55
Компот из кураги	200/15	12	3,06	13
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84
Овощи сезонно	25	2,6	2,68	1,14

День: четверг
 Неделя: вторая
 Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Омлет натуральный	150	10	13	14,5
Сосиска отварная	60	6	12	0,48
Чай с сахаром	200	12	3,06	13
Хлеб пшеничный	50	2,942	1,642	13,558
Сыр с маслом порционно	10/10	2,6/4.5	2,68/23	1,14/12
Овощи сезонно	25	2,6	2,68	1,14
Фрукт	100	1,5	0,1	21
ОБЕД				
Суп крестьянский со сметаной	250	3,42	2,62	21,2
Жаркое по - домашнему с курой	180/100	9,965	11,145	16,55
Компот из кураги	200/15	12	3,06	13
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84



ДАТА: 23.04.2021

**Утверждаю:
Директор школы
А.Н. Иванова
Приказ № 1Б от 11.01.2021**

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Каша манная молочная	200	6	8.2	29.3
Хлеб пшеничный	45	2,842	1,642	13,558
Сыр с маслом порционно	10/10	2,6/4.5	2,68/23	1,14/12
Чай сладкий	200	12	3.06	13
Фрукт	100	1,5	0,1	21
ОБЕД				
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,31	4,05	9,04

Макароны отварные	150	5,355	0,555	0,855
Котлета из мяса кур	80	14,25	18,24	13
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84
Компот из смородины	200	0,6	0,2	16

День: пятница
Неделя: вторая
Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
		Б	Ж	У
ЗАВТРАК				
Каша манная	250	6	8.2	29.3
Хлеб пшеничный	45	2,842	1,642	13,558
Сыр с маслом порционно	10/10	2,6/4.5	2,68/23	1,14/12
Чай сладкий	200	12	3.06	13
Фрукт	100	1,5	0,1	21
ОБЕД				
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,31	4,05	9,04
Макароны отварные	180	5,355	0,555	0,855
Котлета из мяса кур	80	14,25	18,24	13
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84
Компот из смородины	200	0,6	0,2	16