

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №34



Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №34

День: понедельник

Неделя: первая

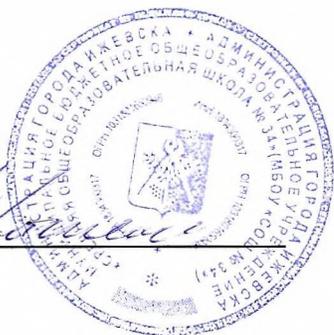
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

Весенне-летнее

| № рец | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | Минеральные в-ва, мг | |
|---------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|----------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | С | Ca | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | Обед | | | | | | | | | |
| 88/15 | Щи из свежей капусты б/мяса | 250 | 1,76 | 4,95 | 7,90 | 89,75 | 15,78 | 49,25 | 22,13 | 0,83 |
| 304/15 | Рис отварной с маслом | 150 | 3,65 | 5,38 | 36,70 | 210,00 | 0,00 | 1,37 | 16,33 | 0,52 |
| ГТК 744 | Гуляш из филе куриного | 50/50 | 24,10 | 11,30 | 11,20 | 245,00 | 0,97 | 47,30 | 42,51 | 1,73 |
| 342/15 | Компот из яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 0,90 | 14,18 | 5,14 | 0,95 |
| ГТК43 | Булочка обсыпная с кунжутом | 45 | 3,79 | 2,30 | 21,69 | 124,20 | 0,77 | 29,54 | 14,33 | 0,65 |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | ИТОГО ЗА ПРИЕМ | | 33,46 | 24,09 | 105,37 | 783,55 | 18,42 | 141,64 | 100,44 | 4,68 |

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №34



Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №34

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

Весенне-летнее

| № рец | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | Минеральные в-ва, мг | | |
|--------|-----------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|---------------|----------------------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | Ca | Mg | Fe | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| .18/08 | Салат из кваш. капусты с яблоками | 60 | 0,78 | 2,99 | 6,36 | 50,64 | 10,26 | 14,98 | 9,05 | 0,28 | |
| 103/15 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,46 | 118,25 | 8,25 | 29,20 | 27,28 | 1,13 | |
| 239/15 | Тефтели рыбные | 90 | 8,92 | 7,40 | 10,59 | 145,13 | 1,41 | 49,25 | 20,04 | 0,63 | |
| 128/15 | Картофельное пюре | 150 | 3,20 | 9,46 | 18,59 | 178,60 | 18,39 | 43,05 | 28,31 | 1,06 | |
| 591/96 | Кисель из концентрата | 200 | 0,00 | 0,00 | 51,11 | 200,00 | 11,40 | 78,66 | 47,02 | 1,02 | |
| 768/04 | Булочка обсыпная с орехорм | 30 | 2,85 | 2,82 | 14,67 | 96,60 | 0,59 | 10,48 | 17,23 | 0,73 | |
| | ИТОГО ЗА ПРИЕМ | | 18,44 | 25,51 | 118,78 | 789,22 | 50,30 | 225,62 | 148,93 | 4,85 | |

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №34



Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №34

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

Весенне-летнее

| № рец | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | Минеральные в-ва, мг | | |
|--------|------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|--------------|---------------|----------------------|-------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | С | Ca | Mg | Fe | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| 75/96 | Икра морковная | 60 | 0,78 | 4,44 | 4,62 | 60,60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| 102/15 | Суп картофельный с бобовми с окор. | 250/12,5 | 8,42 | 4,30 | 17,70 | 144,00 | 5,79 | 33,29 | 27,96 | 0,99 | |
| 243/15 | Колбаски "Детские" отварные | 100 | 12,00 | 22,00 | 3,00 | 260,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | |
| 202/15 | Макароны отварные | 150 | 5,63 | 5,98 | 31,47 | 202,20 | 0,00 | 15,55 | 8,41 | 0,84 | |
| ТТК7 | Напиток из лимонов | 200 | 0,10 | 0,00 | 22,20 | 88,00 | 7,70 | 37,97 | 25,04 | 0,54 | |
| 685/96 | Хлебная булочка | 35 | 2,31 | 0,98 | 15,33 | 80,50 | 1,26 | 16,52 | 11,64 | 0,61 | |
| | ИТОГО ЗА ПРИЕМ | | 29,24 | 37,70 | 94,32 | 835,30 | 14,75 | 106,33 | 73,05 | 2,98 | |

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №34



Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №34

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

Весенне-летнее

| № рец | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамины С | Минеральные в-ва, мг | | |
|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|----------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | Ca | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | Обед | | | | | | | | | |
| 129/96 | Суп рассольник Ленинградский | 200 | 1,96 | 3,18 | 9,84 | 76,80 | 3,71 | 61,30 | 51,92 | 1,33 |
| 257/96 | Каша гречневая | 150 | 8,30 | 8,95 | 37,37 | 263,00 | 0,00 | 24,74 | 131,74 | 4,43 |
| ТТК6 | Голубцы "Уралочка" | 110/50 | 9,40 | 11,00 | 7,20 | 166,00 | 12,56 | 74,77 | 35,44 | 2,02 |
| ТТК 3 | Напиток из апельсина | 200 | 0,27 | 0,06 | 22,39 | 87,80 | 10,00 | 10,60 | 3,90 | 0,15 |
| ТТК 6 | Плюшка Московская | 50 | 4,54 | 4,30 | 31,43 | 183,50 | 0,47 | 22,29 | 8,86 | 0,54 |
| | ИТОГО ЗА ПРИЕМ | | 24,47 | 27,49 | 108,23 | 777,10 | 26,74 | 193,70 | 231,86 | 8,47 |

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №34



Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №34

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

Весенне-летнее

| № рец | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | | | Минеральные в-ва, мг | | | |
|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|---------------|--------------|-------------|----------------------|----|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | С | Ca | Mg | Fe | С | Ca | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 88/15 | Щи из свежей капусты б/мяса | 250 | 1,76 | 4,95 | 7,90 | 89,75 | 15,78 | 49,25 | 22,13 | 0,83 | | | | |
| 98/08 | Макароны отварные с сыром | 150 | 8,30 | 8,70 | 31,90 | 242,00 | 6,16 | 153,37 | 55,74 | 1,54 | | | | |
| 243/15 | Колбаски "Детские" отварные | 100 | 12,00 | 22,00 | 3,00 | 260,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | | | | |
| ТТК 9 | Напиток из шиповника | 200 | 0,68 | 0,27 | 20,76 | 88,20 | 100,00 | 21,34 | 3,44 | 0,63 | | | | |
| 685/96 | Хлебная булочка | 35 | 2,31 | 0,98 | 15,33 | 80,50 | 1,26 | 16,52 | 11,64 | 0,61 | | | | |
| | ИТОГО ЗА ПРИЕМ | | 25,05 | 36,90 | 78,89 | 760,45 | 123,20 | 243,48 | 92,95 | 3,61 | | | | |