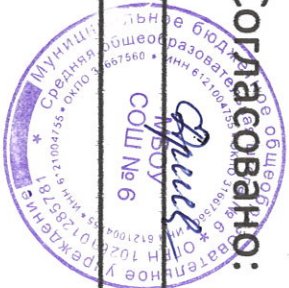


ДИРЕКТОР
МБОУ СОШ №6
ПРЕЧНИНА Е.Д.



Согласовано:

Утверждаю: Директор
ООО ЕвроТрайд



Мареськина О.В.

День/неделя: Понедельник-1	№ рец.	Наименование дней недели, блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
Завтрак								
	1 М	Бутерброд с маслом сливочным	10,00	60	3,54	11,24	22,33	204
	120М	Суп молочный с макаронными изделиями	15,26	200	4,376	3,796	14,364	120
	382М	Какао с молоком	13,00	180	3,67	3,18	15,82	106,74
	701М	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	338М	Фрукты	16,00	100	0,4	0,4	9,8	47
		Итого за Завтрак	56,26	560	13,566	18,816	71,974	524,5

День/неделя: Вторник-1

Завтрак									
101Л	Зеленый горошек	5,00	60	1,86	0,12	3,9	24		
211М	Омлет запеченый с сыром	19,26	120	14,34	13,317	2,04	278		
376М	Чай с сахаром	7,00	200	0,07	0,02	15	60		
432М	Булочка алтайская (печенье)	7,00	20	3,598	2,539	21,814	124,363		
701М	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76		
338М	Фрукты	16,00	100	0,4	0,3	10,3	47		
	Итого за Завтрак	56,26	520	21,848	16,496	62,714	580,123		

День/неделя: Среда-1

Завтрак									
70М	Огурец соленый	5,00	60	0,48	0,06	1,02	6		
270М/сж,331М	Котлеты московские со сметанно томатным соусом	21,26	90/20	8,5	11,16	9,6	226,19		
125М	Картофель отварной с маслом сливочным	12,00	150	3,03	5,94	20,98	157,5		
П.Т	Мармелад	7,00	15	0,015		11,91	48,15		
П.Т	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76		
377М	Чай с сахаром с лимоном	9,00	207	0,13	0,02	15,2	62		
	Итого за Завтрак	56,26	562	13,735	17,38	68,37	546,6		

День/неделя: Четверг-1

		Завтрак					
3 М	Бутерброд с сыром	11,00	60	6,96	9,96	17,79	188,4
188М, 326М	Запеканка рисовая с творогом и молочным	20,26	150	6,91	5,34	39,53	236
376М	Чай с сахаром	7,00	200	0,07	0,02	15	60
П.Т	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76
338М	Фрукты	16,00	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	56,26	530	15,92	15,92	91,78	578,16

День/неделя: Пятница-1

		Завтрак					
70М	Огурец соленый	4,00	60	0,48	0,06	1,02	6
246М	Гуляш из отварного мяса	22,26	100	13,36	14,08	3,27	164
128М	Картофельное пюре с	12,00	150	3,255	6,41	19	181,5
377М	Чай с сахаром с лимоном	9,00	207	0,13	0,02	15,2	62
432М	Булочка с орехами пониженной калорийности "Алтайская"	7,00	50	4,2	2,49	21,83	127
П.Т	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	Итого за Завтрак	56,26	587	23,005	23,26	69,98	587,26

День/неделя: Понедельник-2

Завтрак											
70М	Помидор соленый	5,00	60	0,67	0,06	2,1	14				
229М	Рыба тушеная с овощами	25,26	100	9,46	4,96	3,8	105				
171М	Рис отварной с маслом	13,00	160	4,25	7,78	44,2	272,25				
376М	Чай с сахаром	7,00	200	0,07	0,02	15	60				
П.Т	Печенье галетное	4,00	10	1	1	6,8	39,3				
701М	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76				
	Итого за Завтрак	56,26	550	17,03	14,02	81,56	537,31				

День/неделя: Вторник-2

221М/326М	Сырники и молочным	31,26	160	15,66	17,92	27,22	332				
377М	Чай с лимоном	9,00	207	0,13	0,02	15,2	62				
386М	Фрукты	16,00	150	2,5	0,75	12	142,5				
	Итого за Завтрак	56,26	517	18,29	18,69	54,42	536,5				
	Всего за Вторник-2		517	18,29	18,69	54,42	536,5				

День/неделя: Среда-2

Завтрак									
70М	Помидор соленый	5,00	60	0,67	0,06	2,1	14		
255М	Печень по строгановски	20,26	100	13,26	11,23	3,52	185		
171М	Каша гречневая	12,00	150	8,29	8,95	37,07	262,5		
376М	Чай с сахаром	7,00	200	0,07	0,02	15	60		
701М	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76		
338М	Фрукты	10,00	100	0,4	0,4	9,8	47		
	Итого за Завтрак	56,26	630	24,27	20,86	77,15	615,26		

День/неделя: Четверг-2

Завтрак									
70М	Огурец соленый	4,00	60	0,48	0,06	1,02	6		
301 М/330М	Тефтели из кур с рисом и соусом сметанным	29,26	90	13,34	9,93	5,06	252		
203М	Макаронные изделия отварные с маслом	12,00	150	5,77	6,07	31,98	205,5		
377М	Чай с лимоном	9,00	207	0,13	0,02	15,2	62		
701М	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76		
	Итого за Завтрак	56,26	527	21,3	16,28	62,92	572,26		

День/неделя: Пятница-2									
Завтрак									
3 М	Бутерброд с сыром 40/5/15	10,00	60	6,96	9,96	17,79	188,4		
635М	Каша молочная рисовая с пшеном "Дружба"	19,26	200	6	3,93	43,33	233		
376М	Чай с сахаром Каркаде	9,00	200	0,07	0,02	15	60		
	Хлеб йодированный	2,00	20	1,58	0,2	9,66	46,76		
	Фрукты	16,00	100	0,4	0,3	10,3	47		
	Итого за Завтрак	56,26	520	15,01	14,41	96,08	575,16		
	Всего за Пятница-2		520	15,01	14,41	96,08	575,16		
				18-22,5	18-23	76,6-95,7	544-680		
	Итого за завтрак	183,97							
	Среднее значение за завтрак	18,397							