

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 3 » марта 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша молочная пшеничная жидкая		200/5	243,92
Бутерброд с повидлом		20/35/10	209,3
Какао с молоком сгущенным		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		30	90,62
		546	697,99
Обед			
Помидор свежий нарезка		60	13,8
Рассольник ленинградский сметаной со		200	119,68
Птица отварная		90/5	312,02
Рис отварной		150	225,18
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		765	947,36
Полдник			
Булочка домашняя		80	304,27
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		302	365,89
Ужин			
Овощное рагу		250	238,99
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		525	483,69
Поздний ужин			
Йогурт		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. ЧИСТИНА

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 3 » марта 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша молочная пшеничная жидкая		250	304,88
Бутерброд с повидлом		20/35/10	209,30
Какао с молоком сгущенным		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		60	181,24
		617	849,57
Обед			
Помидор свежий нарезка		100	23,0
Рассольник ленинградский сметаной со		250	149,6
Птица отварная		120/5	416,03
Рис отварной		200	300,24
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		995	1650,49
Полдник			
Булочка домашняя		130	494,43
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		352	556,02
Ужин			
Овощное рагу		280	267,67
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		615	697,07
Поздний ужин			
Йогурт		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

Утверждаю:
 Директор МБОУ С(К)ШИ
 Л.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ
 МЕНЮ « 4 » марта 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша рисовая молочная жидкая с маслом		200/5	210,13
Чай с сахаром		200/15	48,64
Хлеб пшеничный		60	181,24
Яйцо вареное (шт)		40	62,80
		520	502,81
Обед			
Огурцы соленые		60	8,4
Суп картофельный с горохом		200	79,03
Гуляш из говядины		70/20	331,53
Каша гречневая рассыпчатая		150	263,8
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		760	1179,25
Полдник			
Булочка «Веснушка»		100	332,17
Сок фруктовый		200	88,0
		300	420,17
Ужин			
Голубцы ленивые		90/40	136,56
Картофельное пюре		150	160,41
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		555	541,67
Поздний ужин			
Кефир		200	163,80
		200	163,80

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

Утверждаю:
 Директор МБОУ С(К)ШИ
 Л.Н. ЧИСТИНА

СТОЛОВАЯ
 МЕНЮ « 4 » марта 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша рисовая молочная жидкая с маслом		250	256,13
Чай с сахаром		200/15	48,64
Хлеб пшеничный		60	181,24
Яйцо вареное (шт)		40	62,80
		565	502,81
Обед			
Огурцы соленые		100	14
Суп картофельный с горохом		250	98,79
Гуляш из говядины		80/30	378,83
Каша гречневая рассыпчатая		200	351,73
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		980	1326,54
Полдник			
Булочка «Веснушка»		100	332,16
Сок фруктовый		200	88,0
		300	420,16
Ужин			
Голубцы ленивые		120/30	182,07
Картофельное пюре		200	213,88
Чай с сахаром		200/15	60,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		685	825,35
Поздний ужин			
Кефир		200	163,8
		200	163,8

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 5 » *марта* 20 *26* г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Омлет с зеленым горошком		205	231,28
Какао на сгущенном молоке		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		30	90,62
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
		551	735,05
Обед			
Салат из белокочанной капусты с морковью		60	7,2
Суп крестьянский с крупой		200	112,4
Суфле рыбное		90	100,8
Картофельное пюре		150	160,41
Компот из свежих яблок (с витамином С)		200	114,56
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		760	680,07
Полдник			
Бутерброд с сыром		50/40	304,00
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		312	365,62
Ужин			
Тефтели из говядины в молочном соусе		90/40	280,07
Макароньы отварные с маслом слив.		150	211,09
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		555	735,86
Поздний ужин			
Молоко кипячёное		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар *Л.Н. Чистина*

Мед.сестра *И.И. Чистина*

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 5 » *марта* 20 *26* г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Омлет с зеленым горошком		255	287,69
Какао на сгущенном молоке		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		60	181,24
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
		631	882,08
Обед			
Салат из белокочанной капусты с морковью		100	12,00
Суп крестьянский с крупой		250	140,50
Суфле рыбное		120	134,40
Картофельное пюре		200	213,88
Компот из свежих яблок (с витамином С)		200	114,56
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		990	984,74
Полдник			
Бутерброд с сыром		50/40	304,00
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		312	365,62
Ужин			
Тефтели из говядины в молочном соусе		120/40	373,43
Макароньы отварные с маслом слив.		200	281,45
Чай с сахаром		200/15	60,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		695	1084,28
Поздний ужин			
Молоко кипячёное		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар *Л.Н. Чистина*

Мед.сестра *И.И. Чистина*



Утверждаю:
 Директор МБОУ С(К)ШИ
 Д.Н. Чистина
 СТОЛОВАЯ
 МЕНЮ « 6 » 11.04.2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша «Дружба»		200/5	241,11
Чай с сахаром		200/15	48,64
Печенье		50	207,5
Хлеб пшеничный		30	90,62
		500	587,87
Обед			
Огурец соленый		60	42,01
Свекольник		200	83,33
Котлеты «Школьные»		90/5	191,7
Пюре картофельное с маслом		100	106,97
Капуста тушеная		50	43,53
Напиток из шиповника		200	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		765	699,16
Полдник			
Ватрушка с повидлом		80	292,08
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		302	353,7

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____



Утверждаю:
 Директор МБОУ С(К)ШИ
 Д.Н. Чистина
 СТОЛОВАЯ
 МЕНЮ « 6 » 11.04.2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша «Дружба»		250/5	301,39
Чай с сахаром		200/15	48,64
Печенье		50	207,5
Хлеб пшеничный		60	181,24
		580	738,77
Обед			
Огурец соленый		100	12,00
Свекольник		250	104,16
Котлета Школьная		120	302,93
Пюре картофельное с маслом		150	281,45
Капуста тушеная		50	43,58
Напиток из шиповника		200	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		995	1050,09
Полдник			
Ватрушка с повидлом		130	474,65
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		352	536,27

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____