

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «20» апреля 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша кукурузная молочная жидкая		200/5	232,2
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
Бутерброд с сыром		25/20	152,00
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>502</b>	<b>549,16</b>
<b>Обед</b>			
Огурец соленый		60	7,2
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		200	88,89
Птица отварная		90/5	312,02
Рис отварной		150	225,18
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>765</b>	<b>931,78</b>
<b>Полдник</b>			
Печенье		80	338,8
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>302</b>	<b>400,42</b>
<b>Ужин</b>			
Запеканка манная с яблоками		200/5	323,6
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>510</b>	<b>658,92</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Кефир		200	163,80
		<b>200</b>	<b>163,80</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «20» апреля 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша кукурузная молочная жидкая		250/5	290,2
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
Бутерброд с сыром		25/20	152,0
Хлеб пшеничный		60	181,2
		<b>582</b>	<b>685,1</b>
<b>Обед</b>			
Огурец соленый		100	12,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		250	111,11
Птица отварная		120/5	416,03
Рис отварной		200	300,24
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>995</b>	<b>1322,57</b>
<b>Полдник</b>			
Печенье		130	550,50
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>352</b>	<b>612,12</b>
<b>Ужин</b>			
Запеканка манная с яблоками		250/5	404,50
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>590</b>	<b>833,9</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Кефир		200	163,80
		<b>200</b>	<b>163,80</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «21» апрель 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша молочная пшеничная жидкая		200/5	243,92
Булочка «Нежная»		60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным		190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>536</b>	<b>942,29</b>
<b>Обед</b>			
Салат из отварной свеклы		60	45,2
Рассольник домашний		200	119,6
Котлета из говядины		90	227,2
Макароны отварные с маслом слив.		150	211,09
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>760</b>	<b>879,77</b>
<b>Полдник</b>			
Пряники		100	359
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>322</b>	<b>420,26</b>
<b>Ужин</b>			
Овощное рагу		250	238,99
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>525</b>	<b>483,69</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Йогурт		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар Л.Н. Чистина

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «21» апрель 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша молочная пшеничная жидкая		250/5	304,9
Булочка «Нежная»		60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным		190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>616</b>	<b>1093,89</b>
<b>Обед</b>			
Салат из отварной свеклы		100	75,33
Рассольник домашний		250	149,50
Котлета из говядины		120	302,93
Макароны отварные с маслом слив.		200	281,45
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>990</b>	<b>1270,59</b>
<b>Полдник</b>			
Пряники		130	466,70
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>322</b>	<b>528,32</b>
<b>Ужин</b>			
Овощное рагу		280	267,67
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>615</b>	<b>697,07</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Йогурт		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар Л.Н. Чистина

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ

МЕНЮ «*22*» *апреля* 20 *26* г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша манная молочная вязкая		200/5	244,92
Чай с сахаром		200/15	48,64
Вафли		50	270,5
Хлеб пшеничный.		30	90,62
		<b>500</b>	<b>654,68</b>
<b>Обед</b>			
Салат из свежих помидоров		60	68,28
Суп картофельный с клецками		200/30	89,55
Суфле рыбное		90	100,8
Картофельное пюре		150	160,41
Сок фруктовый		200	88,0
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>790</b>	<b>691,74</b>
<b>Полдник</b>			
Пирожок с повидлом		80	225,83
Чай с сахаром и лимоном		200/15 /7	61,62
		<b>302</b>	<b>287,45</b>
<b>Ужин</b>			
Кура отварная		90/5	312,02
Рис отварной		150	225,18
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>520</b>	<b>781,9</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Кефир		200	163,80
		<b>200</b>	<b>163,80</b>

Шеф-повар *Л.Н. Чистина*

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ

МЕНЮ «*22*» *апреля* 20 *26* г.

Возрастная категория: от 12 лет

№	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша манная молочная вязкая		250/5	306,15
Чай с сахаром		200/15	48,64
Пряник		50	270,5
Хлеб пшеничный.		60	181,24
		<b>625</b>	<b>806,53</b>
<b>Обед</b>			
Салат из свежих помидоров		100	113,80
Суп картофельный с клецками		250/30	111,94
Суфле рыбное		120	134,40
Картофельное пюре		200	213,88
Сок фруктовый		200	88,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>1020</b>	<b>1031,42</b>
<b>Полдник</b>			
Пирожок с повидлом		130	366,82
Чай с сахаром и лимоном		200/15 /7	61,62
		<b>352</b>	<b>428,44</b>
<b>Ужин</b>			
Курица отварная		100/5	346,69
Рис отварной с маслом		200	300,24
Чай с сахаром		200	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>860</b>	<b>1233,67</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Кефир		200	163,80
		<b>200</b>	<b>163,80</b>

Шеф-повар *Л.Н. Чистина*

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «23» апреля 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша ячневая молочная вязкая		200/5	246,87
Кофейный напиток на сгущенном молоке		200	131,87
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>505</b>	<b>728,36</b>
<b>Обед</b>			
Салат из белокочанной капусты с морковью		60	42,01
Суп картофельный с макаронными изделиями		200	99,27
Плов из отварной птицы		90	100,8
Напиток из шиповника		200	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>760</b>	<b>1226,67</b>
<b>Полдник</b>			
Коржик		80	322,8
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>302</b>	<b>384,42</b>
<b>Ужин</b>			
Котлета из говядины		90	227,2
Капуста тушёная		150	52,30
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>515</b>	<b>524,2</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Молоко кипячёное		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар *Л.Н. Чистина*

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «23» апреля 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша ячневая молочная вязкая		250/5	308,59
Кофейный напиток на сгущенном молоке		190/38/3	154,15
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>616</b>	<b>902,98</b>
<b>Обед</b>			
Салат из белокочанной капусты с морковью		100	70,02
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	124,09
Плов из отварной птицы		280	996,12
Напиток из шиповника		200	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>950</b>	<b>1606,5</b>
<b>Полдник</b>			
Коржик		130	524,55
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>352</b>	<b>586,17</b>
<b>Ужин</b>			
Котлета из говядины		120	302,93
Капуста тушёная		200	69,73
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>655</b>	<b>802,06</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Молоко кипячёное		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар *Л.Н. Чистина*

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «24» *апрель* 20*26* г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша пшениная молочная жидкая		200/5	227,16
Чай с сахаром с лимоном		200/15/7	61,62
Хлеб пшеничный		30	90,62
Бутерброд с джемом		10/20/15	156,6
		<b>502</b>	<b>536,0</b>
<b>Обед</b>			
Салат из моркови		60	11,50
Суп картофельный с рыбной консервой		200	147,58
Тефтели из говядины в молочном соусе		90/40	280,07
Макароны отварные с маслом слив.		150	211,09
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>800</b>	<b>948,53</b>
<b>Полдник</b>			
Булочка домашняя		80	304,27
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>302</b>	<b>365,89</b>

Шеф-повар *Л.Н. Чистина*

Мед.сестра \_\_\_\_\_

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

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «24» *апрель* 20*26* г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша пшениная молочная жидкая		250/5	283,95
Чай с сахаром с лимоном		200/15/7	61,62
Хлеб пшеничный		60	181,24
Бутерброд с джемом		10/20/15	156,60
		<b>582</b>	<b>683,41</b>
<b>Обед</b>			
Салат из моркови		100	19,17
Суп картофельный с рыбной консервой		250	184,48
Тефтели из говядины в молочном соусе		120/40	373,43
Греча отварная с маслом		200	351,73
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>1030</b>	<b>1341,72</b>
<b>Полдник</b>			
Булочка домашняя		130	494,43
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>352</b>	<b>556,05</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_