

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"

О.М. Грудцина

20__ г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

20__ г.

1 день ,понедельник ,7-11 лет ,осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
81	Фрикадельки " Петушок "	55	10,06	2,87	5,14	86,48	9,26	1,55	7,79	0,16	15,8	25,91	0,24	0,01	0	34,58
ТТК 84	Рис припущенный с овощами	150	3,22	4,75	28,10	165,90	17,42	24,92	64,22	0,58	21,24	496,68	0,31	0,04	1,05	31,09
528/1994	Соус красный основной	50	0,38	0,91	3,00	21,39	3,61	2,69	5,85	0,11	0	84	0,51	0,01	0,33	1,77
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
2	Батон школьный	68,2	5,85	2,60	39,83	205,34	12,16	8,28	45,82	0,65	1,33	2,31	1,78	0,07	0	4,64
Итого за 'Завтрак'		523,24	19,70	11,17	89,83	532,33	42,84	37,44	123,7	1,53	38,37	608,89	2,84	0,13	1,38	75,00
Обед																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	15,35
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,84
75	Котлета Детская(свинина)	90	12,36	24,43	12,41	318,05	27,52	19,07	138,7	1,57	44,31	47,17	2,92	0,44	0,88	59,65
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	12,02	65,54	99,08	2,23	18,76	35,36	0,35	0,12	0	12,20
2	Батон школьный	60,3	5,17	2,30	35,19	181,45	10,74	7,32	40,49	0,57	1,18	2,04	1,57	0,06	0	4,10
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	8,32
Итого за 'Обед'		767,80	27,55	38,21	103,36	854,60	99,16	115	324,8	5,53	93,61	327,93	5,14	0,68	15,46	112,50

01.09

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"

О.М. Грудцина

" " 20__ г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

" " 20__ г.

2 день ,вторник ,7- 11 лет ,осенне- зимний сезон

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг		C,мг
Завтрак																
13	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	79,8	1,21	3,98	8,77	72,05	36,2	13,11	24,41	0,47	0	161,49	1,85	0,02	28,19	6,91
271	Котлеты домашние	60	3,49	8,60	7,69	121,83	8,19	6,77	38,71	0,51	1,97	2,22	1,74	0,1	0,14	37,28
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	19,47
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,94
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
Итого за 'Завтрак'		539,80	15,99	19,85	96,68	621,13	124,3	39,86	178,1	2,34	26,63	209,02	5,73	0,25	28,6	75,00
Обед																
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,52	2,71	2,44	35,37	11,55	8,47	17,93	0,39	0	38,61	1,54	0,02	3,9	14,40
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22,05	22,87	64,47	0,9	17,7	235,65	0,25	0,08	6,7	20,41
4	Котлета Волна /филе/	90	17,33	6,05	13,34	176,44	28,35	8,94	44,54	0,68	21,6	34,38	2,63	0,03	0,22	54,45
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	88,25	73,61	222,9	4,82	40,12	45,84	0,57	0,5	0	14,64
2	Батон школьный	83,53	7,16	3,19	48,75	251,35	14,88	10,14	56,09	0,79	1,63	2,82	2,18	0,09	0	5,68
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед '		833,53	41,87	22,87	137,16	901,81	165,5	124	405,9	7,61	81,05	357,31	7,17	0,71	10,82	112,50

02.09

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"

О.М. Грудцина

" " 20__ г.

МЕНЮ



Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

" " 20__ г.



3 день ,среда ,7-11 лет ,осенне- зимний сезон

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
3	Салат из свежих помидоров и огурцов	64,26	0,56	2,91	2,62	37,88	12,37	9,07	19,2	0,42	0	41,35	1,65	0,02	4,18	15,42
388	Котлета рыбная /горбуша/	50	7,70	5,59	7,21	109,75	15,38	11,72	71,91	0,48	8,54	10,16	2,59	0,08	0,12	23,24
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	25,00
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,94
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
Итого за 'Завтрак'		514,26	17,18	16,86	76,54	520,44	131,1	61,48	249,1	2,51	34,72	103,89	5,74	0,28	14,84	75,00
Обед																
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	240	2,57	2,12	19,53	105,97	18,57	20,66	53,41	0,86	8,5	257,83	0,3	0,08	6,19	14,69
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
76	Котлета Загадка(свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	56,11
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	23,01
2	Батон школьный	69,56	5,97	2,65	40,60	209,31	12,39	8,44	46,71	0,66	1,36	2,35	1,81	0,07	0	4,73
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		762,06	27,11	32,94	101,17	795,96	150,5	81,32	284	4,37	47,51	393,07	5,1	0,57	39,67	112,50

01.09

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"

О.М. Грудцина

" " 20__ г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Докрас

" " 20__ г.

4 день ,четверг ,7-11 лет ,осенне-зимний сезон

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
ТТК 250	Творожно - банановое суфле	88,97	10,59	6,79	20,76	183,95	93,3	25,57	138,3	0,67	56,72	68,3	0,31	0,04	3,27	44,90
ТТК 152	Сгущеное молоко (соус)	15	1,02	1,12	7,58	43,13	40,52	4,44	28,58	0,03	3,78	7,05	0,03	0,01	0,06	7,02
302/2004	Каша пшеничная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	16,76
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
Итого за 'Завтрак'		553,97	24,13	19,12	112,68	709,72	260,5	84,07	378,7	2,52	102,4	153,75	1,96	0,28	3,83	75,00
Обед																
13	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	45,36	16,43	30,59	0,59	0	202,37	2,32	0,03	35,33	8,66
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	36,75	33,53	94,44	1,76	17,7	234,55	0,3	0,17	4,6	15,25
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	46,02
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	19,47
2	Батон школьный	49,42	4,24	1,88	28,84	148,71	8,81	6	33,18	0,47	0,96	1,67	1,29	0,05	0	3,36
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	35,73	22,84	31,76	0,75	0	145,75	1,38	0,02	0,4	8,70
Итого за 'Обед'		851,92	36,60	22,87	148,31	920,61	199,1	101,2	280,1	5,41	44,77	627,97	9,11	0,4	40,64	112,50

01.09

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"

О.М. Грудцина

" " 20__ г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

" " 20__ г.

5 день ,пятница ,7-11 лет ,осенне-зимний сезон

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
ТТК 162	Салат Сезонный	100	1,23	6,24	9,31	94,59	34,5	12,48	29,91	0,53	0	5,15	3,18	0,02	11,42	16,41
268	Котлеты,биточки ,шницели (свинина)	50	6,62	12,02	8,63	168,94	19,79	12,7	71,53	0,86	2,06	2,94	1,8	0,2	0,03	34,04
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	17,01
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
2	Батон школьный	67,95	5,83	2,59	39,66	204,47	12,11	8,25	45,62	0,64	1,33	2,3	1,77	0,07	0	4,62
Итого за 'Завтрак'		567,95	18,14	29,46	103,12	740,51	86,42	55,69	245,6	3,75	61,21	75,69	7,52	0,4	11,45	75,00

39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	16,93
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,84
388	Котлета рыбная /горбуша/	90	13,85	10,05	12,99	197,54	27,68	21,1	129,4	0,87	15,38	18,29	4,67	0,14	0,21	41,83
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	25,00
2	Батон школьный	48,53	4,16	1,85	28,32	146,03	8,65	5,89	32,59	0,46	0,95	1,64	1,27	0,05	0	3,30
705	Напиток из шиповника	200	0,64	0,25	31,18	118,98	11,09	2,96	2,96	0,57	0	163,4	0,76	0,01	80	12,56
Итого за "		756,03	27,15	23,99	107,68	738,65	131,6	82	298,2	4,24	64,89	421,77	7,16	0,38	98,58	112,50

01.09

Согласовано
МБОУ "ИТДлиней №24"



О.М. Грудцина
20 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И. Докрас



6 день ,суббота ,7-11 лет ,осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
267	Апельсин под абрикосовым соусом	88,3	0,72	0,14	18,57	74,18	26,82	10,95	18,64	0,3	0	16,97	0,25	0,03	41,59	40,34
302	Каша овсяная молочная	150	6,74	7,73	33,17	223,97	114,5	53,75	197,8	1,58	34,5	38,45	0,69	0,21	0,94	18,02
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
14	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,38	0,6	0	0,95	0,01	29,5	32,65	0,05	0	0	8,01
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,23
Итого за 'Завтрак '		500,26	12,02	13,96	95,04	541,68	153,7	71,5	252,2	2,44	64,98	89,9	2,3	0,3	43,65	75,00
Обед																
109	Пуштые шьд	250	3,34	3,21	18,05	112,49	25,48	25,96	78,71	1,19	23,85	245,33	0,25	0,1	8,6	18,42
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
155	Гуляш куриный	55/55	14,57	5,92	5,25	131,88	12,97	6,16	16,84	0,35	0	23,65	2,57	0,01	1,44	51,21
ТТК 85	Каша перловая с овощами	150	5,18	14,04	39,92	300,38	35,89	30,59	184,8	1,22	0	440	7,28	0,07	0,79	8,02
2	Батон школьный	63,7	5,46	2,43	37,17	191,62	11,35	7,73	42,76	0,6	1,24	2,15	1,66	0,07	0	4,33
158	Напиток Здоровье	200	0,11	0,07	23,93	92,40	3,96	2,63	2,41	0,37	0	0,63	0,15	0	1,26	19,48
Итого за 'Обед'		786,18	32,26	27,41	124,32	858,87	92,19	76,2	325,5	4,03	29,41	711,76	11,96	0,26	12,09	112,50

01.10

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"



О.М. Грудцина

20 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И. Цокрас

20 г.



7 день ,понедельник ,7-11 лет ,осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
2	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	89,4	0,93	4,54	4,59	61,81	15,62	16,58	23,79	0,77	0	107,01	2,54	0,05	20,15	19,90
270	Котлеты Московские	50	1,68	5,23	6,70	80,40	5,57	3,53	16,39	0,26	0,16	0,29	1,34	0,05	0,07	32,56
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	12,02	65,54	99,08	2,23	18,76	35,36	0,35	0,12	0	13,91
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,23
Итого за 'Завтрак '		546,40	11,60	16,67	77,82	497,85	44,98	92,44	174,2	3,82	19,9	144,49	5,55	0,27	21,34	75,00
Обед																
56	Суп из овощей	200	1,55	3,09	9,74	70,55	21,43	16,27	40,86	0,59	14,16	192,09	0,16	0,06	7,2	15,18
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
77	Котлета Здоровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	21,68	20,53	117,6	1,37	23,4	318,42	2,61	0,46	0,14	58,67
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	19,53
2	Батон школьный	75,9	6,51	2,89	44,29	228,36	13,52	9,21	50,96	0,72	1,48	2,57	1,98	0,08	0	5,16
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		728,39	27,83	36,54	104,48	849,13	79,2	71,4	308	4,71	101,2	578,37	5,57	0,72	7,34	112,50

01.10

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"



О.М. Грудцина

20 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"



В.И.Покрас

20 г.

8 день , вторник ,7-11 лет ,осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг	
Завтрак																
37	Салат из сырых овощей /капуста, помидоры, огурцы, морковь/	76,5	0,85	7,58	4,00	85,62	21,93	14,1	25,87	0,5	0	272,76	3,59	0,03	15,6	13,64
239	Котлета куриная (с луком)	50	8,61	3,21	9,90	102,24	28,94	6,37	26,61	0,4	2,28	6,12	1,63	0,03	0,17	26,23
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	23,79
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,94
Итого за 'Завтрак'		526,51	18,38	19,16	80,61	560,68	154,2	61,15	210,5	2,51	28,46	331,26	6,72	0,24	26,31	75,00
Обед																
2	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60	0,62	3,05	3,08	41,48	10,48	11,12	15,96	0,52	0	71,82	1,7	0,03	13,52	13,35
138	Суп картофельный с горохом	200	4,06	3,35	16,80	109,61	29,4	26,82	75,55	1,41	14,16	187,64	0,24	0,13	3,68	12,28
76	Котлета Загадка(свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	55,70
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	22,22
2	Батон школьный	88,7	7,60	3,38	51,76	266,84	15,8	10,76	59,54	0,84	1,73	3	2,31	0,09	0	6,03
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		788,68	27,25	36,20	112,69	868,52	172,7	97,79	334,9	5,31	49,23	395,35	7,19	0,66	50,69	112,50

OL.10



Согласовано
УБООУ "ИТ-Лицей №24"

О.М. Грудцина

20 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

20 г.



9 день ,среда ,7-11 лет,осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
							Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
268	Десерт в фруктовом соусе	63,5	0,29	0,16	20,79	80,63	10,71	6,18	8,02	0,95	0	18,19	0,23	0,01	3,84	14,40
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	127,2	44,76	177,4	1,03	57,79	65,89	0,23	0,16	1,24	23,96
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,23
738	Пирожки печеные с мясом	75	9,93	3,79	25,59	175,55	12,96	12,39	86,39	1,09	4,05	9,1	1,94	0,06	0,04	31,41
Итого за 'Завтрак '		545,50	17,60	12,82	104,73	595,14	153,8	64,07	273,2	3,15	61,84	93,32	2,42	0,23	6,24	75,00
Обед																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	17,26
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	8,43	0,78	5,88	0,02	14,7	16	0,04	0	0,03	3,69
81	Фрикадельки " Петушок "	90	16,45	4,69	8,41	141,51	15,15	2,54	12,75	0,26	25,85	42,39	0,39	0,02	0	59,40
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18,14	124,5	187,2	4,21	23,9	45,51	0,64	0,22	0	16,64
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	8,01
2	Батон школьный	67,4	5,78	2,57	39,31	202,69	12	8,17	45,23	0,64	1,31	2,28	1,76	0,07	0	4,58
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		772,36	32,86	23,67	119,62	803,82	91,52	156	297,6	6,14	103,5	319,42	3,07	0,36	8,09	112,50

01.10

Согласовано
МБОУ "И.И.Липецкий №24"



Докладчик О.М.Грудцина
" " 20 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"



В.И.Токрас
" " 20 г.

10 день ,четверг ,7-11 лет ,осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
							Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
1	Салат из свежих огурцов	69,9	0,44	5,46	2,49	59,54	14,64	6,99	21,65	0,32	0	5,24	3,14	0,01	2,24	15,36
77	Котлета Здоровье(свинина)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	12,05	11,4	65,36	0,76	13	176,9	1,45	0,25	0,08	32,59
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	20,73
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Завтрак'		519,92	16,87	22,86	83,27	600,55	53,8	32,27	162,9	2,4	31,66	216,45	6,73	0,38	2,32	75,00
Обед																
13	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	45,36	16,43	30,59	0,59	0	202,37	2,32	0,03	35,33	7,69
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	27,68	18,44	45,72	0,63	17,7	234,3	0,21	0,04	8	15,33
ГТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	47,21
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	23,79
2	Батон школьный	66,5	5,70	2,54	38,80	200,04	11,85	8,07	44,64	0,63	1,3	2,25	1,73	0,07	0	4,52
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		868,98	31,51	24,26	117,68	802,04	181,1	86,06	254,2	3,97	46,62	489,62	7,44	0,32	53,93	112,50

01.10

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №24"

О.М. Грудцина

20__ г.

МЕНЮ

Утверждаю

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

20__ г.

11 день ,пятница ,7-11 лет ,осенне- зимний сезон

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	22,34
112	Омлет натуральный	74,48	6,52	7,64	1,63	101,12	56,78	8,72	103,8	1,08	85,62	149,94	0,32	0,03	0,15	28,24
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
693	Какао с молоком	200	3,79	3,04	26,05	139,86	123,2	30,38	113,9	1,02	19,6	22,12	0,01	0,04	1,27	21,02
Итого за 'Завтрак'		524,48	23,59	22,89	101,09	690,05	341,6	116,8	514,9	4,68	152,2	225,02	2,55	0,41	2,68	75,00
Обед																
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22,05	22,87	64,47	0,9	17,7	235,65	0,25	0,08	6,7	20,41
ГТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,84
388	Котлета рыбная /горбуша/	90	13,85	10,05	12,99	197,54	27,68	21,1	129,4	0,87	15,38	18,29	4,67	0,14	0,21	41,83
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	19,47
2	Батон школьный	63,53	5,45	2,42	37,08	191,17	11,32	7,71	42,66	0,6	1,24	2,15	1,66	0,07	0	4,32
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	25,69	98,79	8,04	2,8	4,96	0,14	0	1,76	0,04	0,01	12,94	13,59
Итого за 'Обед'		771,03	30,84	23,44	128,23	838,89	93,65	65,82	286,7	3,63	63,67	298,46	7,53	0,37	19,86	112,50

01.03

Согласовано
МБОУ "ИТ-Лицей №4"



О.М. Грудцина

20 г.

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

20 г.



12 день ,суббота ,7-11 лет ,осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
ГТК 229	Салат Летний	100	2,75	10,47	6,72	130,71	21,94	13,89	55,38	0,88	22,5	68,35	4,7	0,05	5,2	21,60
271	Котлеты домашние	50	2,91	7,17	6,41	101,53	6,82	5,64	32,26	0,42	1,65	1,85	1,45	0,08	0,12	31,07
510	Каша пшенная вязкая	150	4,08	4,94	23,89	155,94	14,33	27,37	77,87	0,93	18,76	35,73	0,17	0,11	0	10,98
2	Батон школьный	50,2	4,30	1,91	29,27	150,90	8,94	6,09	33,67	0,48	0,98	1,7	1,31	0,05	0	3,41
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,94
Итого за 'Завтрак '		550,15	15,58	25,63	82,23	616,11	105,2	59,08	238,3	2,79	49,89	118,63	7,62	0,31	5,58	75,00
Обед																
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,67	2,21	20,35	110,39	19,35	21,52	55,64	0,89	8,85	268,58	0,31	0,08	6,45	14,22
ГТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
271	Котлеты домашние	90	5,23	12,90	11,53	182,75	12,28	10,16	58,06	0,76	2,96	3,34	2,61	0,15	0,22	55,93
94/2008	Рис припущенный	170	3,94	4,88	41,52	226,42	12,16	26,32	80,12	0,59	21,26	39,22	0,3	0,03	0	19,67
528/1994	Соус красный основной	50	0,38	0,91	3,00	21,39	3,61	2,69	5,85	0,11	0	84	0,51	0,01	0,33	1,77
2	Батон школьный	68,2	5,85	2,60	39,83	205,34	12,16	8,28	45,82	0,65	1,33	2,31	1,78	0,07	0	4,64
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,23
Итого за 'Обед'		847,74	21,93	25,31	130,30	832,08	64,96	72,83	246,8	3,39	38,73	397,58	5,58	0,36	8,11	112,50

09.10