Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | | | |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК (1)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Каша вязкая  молочная из овсяной крупы | 200 | 242 | 250 | 309 | Мясо тушённое(свинина) с томатно-овощным соусом | 100 | 194 | 100 | 194 |
| Бутерброд с маслом, сыром и свежим огурцом (25/15/5/10) | 55 | 186 | 55 | 186 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 244 | 180 | 293 |
| Фрукты (апельсин) | 100 | 43 | 100 | 43 | Фрукты (апельсин) | 100 | 43 | 100 | 43 |
| Какао с молоком | 180 | 93 | 180 | 93 | Какао с молоком | 180 | 93 | 180 | 93,6 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Итого | 565 | 640 | 615 | 707 | Итого | 560 | 649 | 590 | 698 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Салат из моркови с яблоком | 60 | 58 | 100 | 97 | Салат из квашеной капусты | 60 | 52 | 100 | 86 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (15%) (на м/к бульоне). | 220 | 101 | 250 | 116 | Суп картофельный с бобовыми (горохом) и гренками | 220 | 156 | 250 | 177 |
| Биточки из говядины и мяса птицы с соусом сметано-томатным | 110 | 192 | 120 | 209 | Птица в панировке | 90 | 265 | 90 | 265 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 202 | 180 | 219 | Пюре картофельное с маслом | 180 | 138 | 180 | 138 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 72 | 180 | 72 | Компот из сухофруктов | 180 | 72 | 180 | 72 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Итого | 750 | 702 | 870 | 814 | Итого | 770 | 765 | 850 | 841 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ВТОРНИК (1)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный с йогуртом (150/30,200/30) | 180 | 287 | 230 | 335 | Макаронные изделия с маслом под сыром (150/30;180/40) | 180 | 261 | 220 | 319 |
| Печенье в ассортименте | 25 | 62 | 25 | 62 | Подгарнировка из свежих огурцов | 60 | 8 | 60 | 8 |
| Фрукты (яблоко) | 100 | 47 | 100 | 47 | Печенье в ассортименте | 25 | 62 | 25 | 62 |
| Чай с лимоном | 180 | 43 | 180 | 43 | Фрукты (яблоко) | 100 | 47 | 100 | 47 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 45 | 75 | Чай с лимоном | 180 | 43 | 180 | 43 |
|  |  |  |  |  | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Итого | 530 | 514 | 605 | 562 | Итого | 575 | 497 | 615 | 555 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 60 | 56 | 100 | 70 | Салат из свежих помидор и белокочанной капусты | 60 | 53 | 100 | 73 |
| Суп картофельный с рыбой | 220 | 150 | 250 | 171 | Свекольник со сметаной | 220 | 183 | 250 | 191 |
| Гуляш из птицы (50/50) | 100 | 165 | 100 | 165 | Жаркое по-домашнему с курицей | 250 | 358 | 250 | 358 |
| Каша рассыпчатая рисовая | 150 | 244 | 180 | 293 | Компот из компотной смеси | 180 | 39 | 180 | 39 |
| Компот из компотной смеси | 180 | 39 | 180 | 39 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 |  |  |  |  |  |
| Итого | 740 | 730 | 850 | 838 | Итого | 750 | 712 | 830 | 760 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СРЕДА (1)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200 | 236 | 250 | 270 | Гречка по-купечески | 200 | 219 | 250 | 274 |
| Булочка с сахаром | 50 | 159 | 50 | 159 | Подгарнировка из солёных огурцов | 40 | 7 | 60 | 10 |
| Фрукты (банан) | 100 | 98 | 100 | 98 | Фрукты (банан) | 100 | 98 | 100 | 98 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 89 | 180 | 89 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 89 | 180 | 89 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Итого | 560 | 657 | 610 | 691 | Итого | 550 | 488 | 620 | 546 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 76 | 100 | 97 | Салат из свежей капусты со свежим огурцом | 60 | 36 | 100 | 80 |
| Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной (15%). | 220 | 119 | 250 | 132 | Суп картофельный с мелкой лапшой и фрикадельками | 220 | 149 | 250 | 169 |
| Котлета домашняя | 100 | 222 | 100 | 222 | Суфле из печени | 100 | 214 | 100 | 214 |
| Картофель отварной с маслом | 150 | 193 | 180 | 231 | Макаронные изделия отварные | 150 | 202 | 180 | 218 |
| Чай с сахаром | 180 | 32 | 180 | 32 | Чай с сахаром | 180 | 32 | 180 | 31,9 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 99 |
| Итого | 740 | 717 | 850 | 815 | Итого | 750 | 712 | 860 | 813 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ЧЕТВЕРГ (1)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Каша молочная манная с маслом | 200 | 229 | 250 | 251 | Куриная грудка с овощами (70/20) | 90 | 165 | 90 | 165 |
| Оладьи со сгущёнкой (40/20) | 60 | 186 | 60 | 186 | Макаронные изделия отварные со сливочным маслом | 150 | 202 | 180 | 219 |
| Фрукты (апельсин) | 100 | 43 | 100 | 43 | Подгарнировка из свежих помидоров | 60 | 42 | 60 | 42 |
| Чай с молоком | 180 | 61 | 180 | 61 | Фрукты (апельсин) | 100 | 43 | 100 | 43 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Чай с молоком | 180 | 61 | 180 | 61 |
|  |  |  |  |  | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Итого | 570 | 594 | 620 | 616 | Итого | 610 | 589 | 640 | 606 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Икра овощная (кабачковая) | 60 | 79 | 100 | 128 | Салат из отварной свёклы и сыра | 60 | 79 | 100 | 132 |
| Рассольник «Ленинградский» на курином бульоне | 220 | 125 | 250 | 148 | Уха «Ростовская» | 220 | 134 | 250 | 154 |
| Рыба, тушенная с овощами (75/50) | 125 | 208 | 125 | 208 | Тефтели куриные в томатно-овощном соусе (80/30) | 110 | 176 | 110 | 176 |
| Картофельное пюре | 180 | 173 | 180 | 173 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 244 | 180 | 292 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 48 | 180 | 48 | Компот из сухофруктов | 180 | 48 | 180 | 48 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Итого | 795 | 710 | 875 | 806 | Итого | 760 | 762 | 870 | 904 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*** Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ПЯТНИЦА (1)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Омлет с курицей и картофелем | 150 | 209 | 200 | 277, | Каша молочная пшённая с маслом | 200 | 234 | 250 | 312 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 60 | 8 | 60 | 8 | Бутерброд с маслом и сыром (25/10/15) | 50 | 159 | 50 | 159 |
| Бутерброд с маслом и сыром (25/10/15) | 50 | 159 | 50 | 159 | Фрукты (яблоко) | 100 | 47 | 100 | 47 |
| Фрукты (яблоко) | 100 | 47 | 100 | 47 | Чай с малиной | 180 | 83 | 180 | 83 |
| Чай с малиной | 180 | 83 | 180 | 83 |  |  |  |  |  |
| Итого | 540 | 506 | 590 | 574 | Итого | 530 | 522 | 580 | 600 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Салат «Степной» из варёных овощей | 60 | 34 | 100 | 56 | Овощи в нарезке | 60 | 44 | 100 | 73 |
| Щавелевый борщ на курином бульоне со сметаной (15%). | 220 | 145 | 250 | 165 | Суп картофельный с клёцками, говядиной и зеленью петрушки. | 220 | 179 | 250 | 203 |
| Рагу из овощей с курицей | 240 | 306 | 260 | 332 | Плов с мясом | 250 | 436 | 250 | 435 |
| Чай с лимоном | 180 | 43 | 180 | 43 | Чай с лимоном | 180 | 43 | 180 | 43 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 120 | 60 | 120 |  |  |  |  |  |
| Итого | 790 | 723 | 890 | 816 | Итого | 750 | 782 | 830 | 854 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК (2)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» с изюмом | 200 | 208 | 250 | 260 | Жаркое по-домашнему (свинина) | 200 | 308 | 210 | 323 |
| Фрукты (апельсин) | 100 | 43 | 100 | 43 | Вафли в ассортименте | 30 | 166 | 30 | 166 |
| Вафли в ассортименте | 30 | 166 | 30 | 166 | Фрукты (апельсин) | 100 | 43 | 100 | 43 |
| Какао с молоком | 180 | 93 | 180 | 93 | Какао с молоком | 180 | 93 | 180 | 93 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 45 | 75 |
| Итого | 540 | 586 | 590 | 638 | Итого | 540 | 686 | 550 | 701 |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты с зелёным горошком | 60 | 59 | 100 | 63 | Салат из квашеной капусты со свеклой | 60 | 91 | 100 | 113 |
| Суп с фрикадельками из птицы | 220 | 119 | 250 | 148 | Суп фасолевый на курином бульоне | 220 | 198 | 250 | 225 |
| Биточки из птицы с маслом | 100 | 286 | 110 | 315 | Гуляш из говядины (45/45) | 90 | 190 | 90 | 190 |
| Овощное рагу | 150 | 148 | 180 | 159 | Спагетти отварные | 150 | 219 | 180 | 261 |
| Чай с сахаром | 180 | 32 | 180 | 32 | Чай с сахаром | 180 | 32 | 180 | 31 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Итого | 740 | 719 | 860 | 818 | Итого | 740 | 810 | 850 | 921 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ВТОРНИК (2)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Бефстроганов из куринного филе | 100 | 208 | 100 | 208 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200 | 230 | 250 | 275 |
| Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 244 | 180 | 292 | Пряники в глазури | 40 | 243 | 40 | 242 |
| Фрукты (яблоки) | 100 | 47 | 100 | 47 | Фрукты (яблоки) | 100 | 47 | 100 | 47 |
| Чай с лимоном | 180 | 43 | 180 | 43 | Чай с лимоном | 180 | 43 | 180 | 43 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Итого | 560 | 617 | 590 | 665 | Итого | 550 | 638 | 600 | 683 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 76 | 100 | 97 | Салат из свежих овощей | 60 | 56 | 100 | 94 |
| Суп картофельный с бобовыми (горохом) и гренками | 220 | 167 | 250 | 189 | Щи из квашеной капусты с птицей | 220 | 104 | 250 | 118 |
| Котлета домашняя с томатно-овощным соусом (90/20) | 110 | 183 | 110 | 183 | Картофельная запеканка с фаршем под сыром | 250 | 428 | 250 | 428 |
| Рис отварной с зелёным горошком и кукурузой | 150 | 127 | 180 | 152 | Компот из апельсинов и яблок | 180 | 99 | 180 | 99 |
| Компот из апельсинов и яблок | 180 | 99 | 180 | 99 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 |  |  |  |  |  |
| Итого | 750 | 726 | 860 | 821 | Итого | 750 | 767 | 830 | 839 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СРЕДА (2)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Каша молочная пшённая с маслом | 200 | 312 | 250 | 321 | Куриная грудка с овощами (70/20) | 90 | 165 | 90 | 165 |
| Печенье овсяное | 60 | 125 | 60 | 125 | Макаронные изделия отварные | 150 | 202 | 180 | 218,9 |
| Фрукты (мандарины) | 100 | 38 | 100 | 38 | Подгарнировка из свежих помидоров | 60 | 42 | 60 | 42,1 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Чай со смородиной | 180 | 8 | 180 | 8 | Фрукты (мандарины) | 100 | 38 | 100 | 38 |
|  |  |  |  |  | Чай со смородиной | 180 | 8 | 180 | 7,8 |
| Итого | 570 | 558 | 620 | 566 | Итого | 610 | 530 | 640 | 547 |
| ОБЕД | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с зелёным горошком | 60 | 43 | 100 | 72 | Салат из белокочанной капусты и свежих огурцов | 60 | 59 | 100 | 90 |
| Щавелевый борщ на курином бульоне со сметаной (15%). | 220 | 145 | 250 | 165 | Свекольник со сметаной | 220 | 183 | 250 | 191 |
| Печень по-строгановски, 50/50 | 100 | 147 | 100 | 148 | Куриный бифштекс под сыром | 100 | 240 | 100 | 240 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 244 | 180 | 293 | Картофельное пюре | 180 | 138 | 180 | 138 |
| Компот с яблоками и вишней | 180 | 53 | 180 | 53 | Компот с яблоками и вишней | 180 | 53 | 180 | 53 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Итого | 740 | 709 | 850 | 831 | Итого | 780 | 753 | 860 | 812 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ЧЕТВЕРГ (2)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200 | 236 | 250 | 270 | Сырники из творога, запечённые с соусом ванильным (110/40) | 150 | 294 | 150 | 294 |
| Бутерброд с маслом, сыром и свежим огурцом (25/15/5/10) | 55 | 186 | 55 | 186 | Бутерброд с маслом, сыром и свежим огурцом (25/15/5/10) | 55 | 186 | 55 | 186 |
| Фрукты (банан) | 100 | 98 | 100 | 98 | Фрукты (банан) | 100 | 98 | 100 | 98 |
| Чай с молоком | 180 | 61 | 180 | 61 | Чай с молоком | 180 | 61 | 180 | 61 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Итого | 565 | 656 | 615 | 691 | Итого | 515 | 714 | 515 | 714 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров со сладким перцем | 60 | 40 | 100 | 68,2 | Салат «Мозаика» | 60 | 65 | 100 | 110 |
| Уха «Ростовская» | 220 | 134 | 250 | 148,4 | Борщ с фасолью и картофелем со сметаной (15%) | 220 | 113 | 250 | 135 |
| Жаркое по-домашнему (говядина) | 250 | 358 | 260 | 408 | Рыба, запечённая в сметанном соусе (минтай) (90/20) | 110 | 163 | 110 | 163 |
| Компот из свежих фруктов | 180 | 99 | 180 | 99 | Каша рисовая рассыпчатая с маслом | 150 | 228 | 180 | 274 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 | Компот из свежих фруктов | 180 | 99 | 180 | 99 |
|  |  |  |  |  | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Итого | 740 | 707 | 830 | 823 | Итого | 760 | 749 | 870 | 881 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

Утверждаю

директор МАОУ СОШ №28

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Б.А. Остроумов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ПЯТНИЦА (2)** | | | | | | | | | |
| **1 ВЫБОР** | | | | | **2 ВЫБОР** | | | | |
| Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Наименование блюд | Выход (граммы) дети до 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) | Выход  (граммы) дети старше 11 лет | Эн.цен  Ность  (Ккал) |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный | 160 | 212 | 210 | 269 | Птица запечённая | 100 | 223 | 100 | 223 |
| Сыр сливочный в индивидуальной упаковке | 30 | 143 | 30 | 143 | Пюре картофельное с маслом | 180 | 138 | 180 | 138 |
| Фрукты (яблоко) | 100 | 47 | 100 | 47 | Фрукты (яблоко) | 100 | 47 | 100 | 47 |
| Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 | Батон нарезной из муки в/с | 30 | 75 | 30 | 75 |
| Чай с сахаром | 180 | 32 | 180 | 32 | Чай с сахаром | 180 | 32 | 180 | 32 |
| Итого | 500 | 508 | 550 | 565 | Итого | 590 | 515 | 590 | 515 |
| ***ОБЕД*** | | | | | | | | | |
| Салат из отварной свёклы и сыра | 60 | 79 | 100 | 133 | Салат картофельный с кукурузой и морковью | 60 | 48 | 100 | 80 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями, фрикадельками и зеленью | 220 | 148 | 250 | 186 | Суп из овощей на курином бульоне со сметаной | 220 | 104 | 250 | 120 |
| Птица в панировке | 100 | 265 | 100 | 265 | Плов из мяса птицы | 280 | 442 | 280 | 442 |
| Горох отварной с маслом | 150 | 166 | 180 | 218 | Компот из сухофруктов | 180 | 49 | 180 | 49 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 49 | 180 | 49 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 80 | 50 | 100 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 75 | 40 | 100 |  |  |  |  |  |
| Итого | 740 | 784 | 810 | 851 | Итого | 780 | 723 | 860 | 791 |

***Заведующий производством \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***