ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 1-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Каша "Дружба"	205	241	6,55	8,33	35,09	
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	30	138	1,27	11,30	7,70	
Чай с молоком (2-й вариант)	200	87	2,79	2,55	13,27	
Хлеб пшеничный	40	9	0,24	0,27	1,56	
Итого по приему:		**475**	**10,85**	**22,45**	**57,62**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Салат из моркови	100	137	1,14	10,08	10,38	
Суп картофельный с бобовыми	250	99	2,34	3,89	13,61	
Каша гречневая рассыпчатая	200	352	11,64	7,24	60,00	
Сардельки отварные	100	240	8,83	21,39	2,09	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Сок в ассортименте	200	92	0,33		22,66	
Булочка ванильная	60	215	8,81	4,45	35,00	
Итого по приему:		**1163,000**	**33,81**	**47,86**	**148,41**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1638,000**	**44,67**	**70,31**	**206,03**	

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 2-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Запеканка из творога	200	342	29,22	12,11	29,10	
Бутерброды с джемом (1-й вариант)	60	176	1,72	4,20	32,90	
Чай черный с лимоном	200	129	1,26	10,14	8,32	
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	100	45	0,40	0,40	10,40	
Итого по приему:		**692**	**32,60**	**26,85**	**80,72**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Суп из овощей	250	115	1,93	5,86	12,59	
Картофельное пюре	200	190	4,00	7,62	26,30	
Котлеты, биточки, шницели припущенные	100	186	11,02	12,45	7,52	
Икра кабачковая	100			0,01	0,01	
Компот из яблок свежих	200	61	0,16		14,99	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Итого по приему:		**580**	**17,84**	**26,75**	**66,08**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1272,000**	**50,44**	**53,60**	**146,80**	

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 3-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	цена
Завтрак						
Омлет натуральный	150	256	13,43	20,82	3,51	
Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	122	4,97	8,01	7,56	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	132	2,01	2,39	25,65	
Итого по приему:		**510**	**20,41**	**31,22**	**36,72**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Салат из св.помидоров	100	70	0,84	5,06	5,32	
Суп крестьянкий с крупой	250	141	2,31	7,74	15,43	
Жаркое по-домашнему	230	349	23,56	18,12	23,14	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Компот из смеси сухофруктов	200	114	0,56		27,89	
Булочка дорожная	60	345	4,13	8,00	34,12	
Итого по приему:		**1047,000**	**32,13**	**39,73**	**110,57**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1557,000**	**52,54**	**70,95**	**147,29**	

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 4-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Каша ячневая молочная вязкая	205	247	7,23	6,67	39,54	
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	30	138	1,27	11,30	7,70	
Чай с лимоном	200	62	0,07	0,01	15,31	
Итого по приему:		**447**	**8,57**	**17,98**	**62,55**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	103	0,72	10,06	2,48	
Суп-пюре из разных овощей	250	109	2,89	5,00	13,03	
Рис отварной	200	284	2,28	20,28	23,08	
Рыба, припущенная в молоке	120	184	16,80	10,36	3,92	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Чай с молоком (2-й вариант)	200	87	2,79	2,55	13,27	
Булочка домашняя	60	228	4,37	7,07	36,80	
Итого по приему:		**1024,000**	**30,58**	**56,13**	**97,25**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1471,000**	**39,15**	**74,11**	**159,80**	

Диетсестра: _____ _____

(подпись) (расшифровка)

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 5-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Пудинг из творога паровой	200	147	25,17	9,01	40,96	
Бутерброды с джемом (2-й вариант)	40	124	1,27	4,00	20,60	
Кефир	200	113	5,60	6,38	8,18	
Плоды или ягоды свежие (апельсины)	100	42	0,40	0,30	9,50	
Итого по приему:		**426**	**32,44**	**19,69**	**79,24**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Салат из белокочанной капусты с	100	121	2,22	11,02	3,40	
Борщ с капустой и картофелем	250	111	1,90	6,66	10,81	
Макароны отварные	200	282	7,36	7,06	47,10	
Гуляш из говядины	100	277	18,07	20,18	5,62	
Сок в ассортименте	200	92	0,33		22,66	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Итого по приему:		**911**	**30,60**	**45,73**	**94,26**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1337,000**	**63,04**	**65,42**	**173,50**	

Диетсестра: _____ _____

(подпись) (расшифровка)

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 6-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	205	222	6,20	8,05	31,09	
Чай с сахаром	200	49	0,12		12,04	
Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	122	4,97	8,01	7,56	
Итого по приему:		**393**	**11,29**	**16,06**	**50,69**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Салат из свежих помидоров	100	114	1,00	10,16	4,60	
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	124	2,83	2,86	21,76	
Каша гречневая рассыпчатая	200	352	11,64	7,24	60,00	
Птица отварная	100	203	15,18	15,18	0,81	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Сок в ассортименте	200	92	0,33		22,66	
Булочка "Веснушка"	60	199	4,61	4,41	35,30	
Итого по приему:		**1112,000**	**36,32**	**40,67**	**149,80**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1505,000**	**47,61**	**56,73**	**200,49**	

Диетсестра: _____ _____

(подпись) (расшифровка)

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 7-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	100	45	0,40	0,40	10,40	
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	205	207	6,33	8,90	25,49	
Какао с молоком (1-й вариант)	200	154	3,77	3,93	25,95	
Бутерброды с маслом (2-й вариант)	30	138	1,27	11,30	7,70	
Итого по приему:		**544**	**11,77**	**24,53**	**69,54**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Салат витаминный	100	142	1,14	10,14	11,54	
Суп картофельный с крупой и рыбными	250	171	6,22	8,21	18,39	
Рис отварной	200	284	2,28	20,28	23,08	
Рыба, запеченная в омлете	100	198	18,35	11,42	5,52	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Компот из апельсинов с яблоками	200	111	0,48	0,25	26,81	
Итого по приему:		**934**	**29,19**	**51,11**	**90,01**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1478,000**	**40,96**	**75,64**	**159,55**	

Диетсестра: _____ _____

(подпись) (расшифровка)

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 8-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Запеканка из творога	200	342	29,22	12,11	29,10	
Бутерброды с джемом (2-й вариант)	40	124	1,27	4,00	20,60	
Чай черный с молоком	200	129	1,26	10,14	8,32	
Итого по приему:		**595**	**31,75**	**26,25**	**58,02**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	70	0,84	5,06	5,32	
Рассольник домашний	250	150	5,03	11,30	32,38	
Картофельное пюре	200	190	4,00	7,62	26,30	
Фрикадельки из говядины паровые	100	154	10,68	9,97	5,33	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Компот из смеси сухофруктов	200	114	0,56		27,89	
Печенье сахарное	50	129	1,26	10,14	8,32	
Итого по приему:		**835**	**23,10**	**44,90**	**110,21**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1430,000**	**54,85**	**71,15**	**168,23**	

Диетсестра: _____ _____

(подпись) (расшифровка)

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 9-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
Завтрак						
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	150	68	0,60	0,60	15,60	
Омлет с сосисками	130	228	6,93	21,23	2,46	
Чай с лимоном	200	62	0,07	0,01	15,31	
Бутерброды с сыром (1-й вариант)	45	152	6,62	9,48	10,06	
Итого по приему:		**509**	**14,22**	**31,32**	**43,43**	
Итого по приему:						**75-00**
Обед						
Суп картофельный с рыбными консервами	250	184	6,62	8,31	21,28	
Картофельная запеканка с мясом	205	401	25,53	24,78	18,43	
Компот из изюма	200	92	0,33		22,66	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Икра кабачковая	50					
Итого по приему:		**705**	**33,21**	**33,91**	**67,04**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1214,000**	**47,43**	**65,22**	**110,48**	

Диетсестра: _____ _____

(подпись) (расшифровка)

ИП Михалева И.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

_____

//

МЕНЮ на 10-й день

Столовая

Категория: **Дети(11-18 лет)**

Диета: **Без диет**

Наименование	Вес	ККал	Б	Ж	У	ЦЕНА
ьт						
Каша пшенная молочная жидкая	205	227	6,04	7,27	34,29	
Чай с лимоном	200	62	0,07	0,01	15,31	
Бутерброды с маслом (1-й вариант)	40	184	1,70	15,10	10,26	
Итого по приему:						
Итого по приему:		**473**	**7,81**	**22,38**	**59,86**	**75-00**
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем	п	108	2,09	6,33	10,64	
Макароны отварные	200	282	7,36	7,06	47,10	
Рыба (филе) отварная	100	133	16,40	6,40	0,57	
Салат из моркови с зел.горошком	100	20	1,04	0,18	3,46	
Сок в ассортименте	200	92	0,33		22,66	
Хлеб пшеничный	70	16	0,42	0,47	2,73	
Хлеб ржаной	50	12	0,30	0,34	1,95	
Вафли весовые	60	228	4,37	7,07	36,80	
Итого по приему:		**891**	**32,32**	**27,85**	**125,90**	
Итого по приему:						**108-00**
Итого за день:		**1364,000**	**40,13**	**50,23**	**185,76**	

Диетсестра: _____ _____

(подпись) (расшифровка)