

Согласовано  
Директор Общеобразовательного Учреждения

*И. В. Шафдрова*

Утверждаю  
Директор ООО "Гарантий Продукт"  
И. В. Вале

**МЕНЮ**

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 64,19 руб.  
с 9 по 14 января, с 23 по 28 января, с 6 по 11 февраля, с 20 по 25 февраля

**1 день**

| Сборник рецептур     | № ГТК  | Прим. пищи, наименование блюда          | Масса порции | Цена, руб. | Пищевая ценность |          |             | Энергетическая ценность ккал |     |
|----------------------|--------|---|--------------|------------|------------------|----------|-------------|------------------------------|-----|
|                      |        |   |              |            | Жиры, г          | Белки, г | Углеводы, г |                              |     |
| 2008                 | 39     | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ | 60           |            | 5,9              | 0,8      | 4,7         | 71                           |     |
| 2011                 | 203    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ    | 150/5        |            | 4,7              | 5,6      | 35,9        | 201                          |     |
| 2011                 | 227 гп | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ                        | 70           |            | 5,1              | 12,0     | 0,5         | 71                           |     |
| 2011                 | 377    | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ                 | 185/10/5     |            | 0,0              | 0,1      | 10,0        | 41                           |     |
| 2008                 | 444    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20           |            | 0,2              | 1,3      | 8,5         | 41                           |     |
| 2008                 | 443    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20           |            | 0,1              | 1,5      | 10,0        | 41                           |     |
| Итого за прием пищи: |        |   |              |            | 64,19            | 14,0     | 21,4        | 69,8                         | 491 |

**2 день**

|                      |        |                                     |     |  |       |      |      |      |     |
|----------------------|--------|-------------------------------------|-----|--|-------|------|------|------|-----|
| 2011                 | 62     | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ) | 60  |  | 3,7   | 0,8  | 5,0  | 51   |     |
| 2011                 | 291 гп | ГЛЮБ ИЗ КУРИЦЫ                      | 200 |  | 13,5  | 18,1 | 41,5 | 351  |     |
| 2011                 | 386    | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА         | 200 |  | 0,2   | 0,5  | 21,5 | 91   |     |
| 2008                 | 444    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 20  |  | 0,2   | 1,3  | 8,5  | 41   |     |
| 2008                 | 443    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 20  |  | 0,1   | 1,5  | 10,0 | 41   |     |
| 2008                 | 338    | ЯБЛОКО                              | 120 |  | 0,5   | 0,5  | 11,8 | 51   |     |
| Итого за прием пищи: |        |                                     |     |  | 64,19 | 18,2 | 22,7 | 88,1 | 551 |

**3 день**

|                      |        |  |          |  |       |      |      |      |     |
|----------------------|--------|--|----------|--|-------|------|------|------|-----|
| 2011                 | 47     | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                | 60       |  | 2,7   | 1,0  | 4,5  | 41   |     |
| 2008 ГП              | 324    | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5    |  | 5,2   | 4,4  | 20,0 | 64   |     |
| 2011                 | 270 гп | БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ              | 60/30    |  | 7,4   | 9,6  | 10,8 | 141  |     |
| 2011                 | 377    | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ                  | 185/10/5 |  | 0,0   | 0,1  | 10,0 | 41   |     |
| 2008                 | 444    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20       |  | 0,2   | 1,3  | 8,5  | 41   |     |
| 2008                 | 443    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20       |  | 0,1   | 1,5  | 10,0 | 41   |     |
| Итого за прием пищи: |        |  |          |  | 64,19 | 15,6 | 37,9 | 63,8 | 481 |

**4 день**

|                      |        |                                      |       |  |       |      |      |      |     |
|----------------------|--------|--------------------------------------|-------|--|-------|------|------|------|-----|
| 2011                 | 41     | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 60    |  | 4,0   | 0,7  | 7,8  | 71   |     |
| 2011                 | 203    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5 |  | 4,7   | 5,6  | 35,9 | 201  |     |
| 2011                 | 295 гп | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ | 60/40 |  | 7,8   | 9,7  | 9,9  | 141  |     |
| 2011                 | 376    | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 185/5 |  | 0,0   | 0,1  | 5,2  | 21   |     |
| 2008                 | 444    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20    |  | 0,2   | 1,3  | 8,5  | 41   |     |
| 2008                 | 443    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20    |  | 0,1   | 1,5  | 10,0 | 41   |     |
| 2008                 | 338    | ЯБЛОКО                               | 120   |  | 0,5   | 0,5  | 11,8 | 51   |     |
| Итого за прием пищи: |        |                                      |       |  | 64,19 | 12,3 | 19,4 | 88,9 | 591 |

**5 день**

|                      |        |                             |     |  |       |      |      |      |     |
|----------------------|--------|-----------------------------|-----|--|-------|------|------|------|-----|
| 2011                 | 67     | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ            | 60  |  | 5,1   | 0,8  | 4,4  | 71   |     |
| 2011                 | 289 гп | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ               | 200 |  | 8,4   | 17,7 | 21,4 | 211  |     |
| 2011                 | 349    | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  | 3,1   | 1,2  | 23,4 | 111  |     |
| 2008                 | 444    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 20  |  | 0,2   | 1,3  | 8,5  | 41   |     |
| 2008                 | 443    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ              | 20  |  | 0,1   | 1,5  | 10,0 | 41   |     |
| Итого за прием пищи: |        |                             |     |  | 64,19 | 14,9 | 22,8 | 87,7 | 491 |

**6 день**

|                      |        |   |       |  |       |      |      |      |     |
|----------------------|--------|---|-------|--|-------|------|------|------|-----|
| 2012                 | 23     | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ | 60    |  | 3,2   | 0,8  | 7,1  | 61   |     |
| 2008                 | 323    | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ       | 150/5 |  | 4,9   | 4,0  | 24,4 | 151  |     |
| 2011                 | 295 гп | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ    | 60/40 |  | 7,8   | 9,7  | 9,9  | 141  |     |
| 2011                 | 382    | КАША С МОЛОКОМ                          | 200   |  | 2,8   | 3,4  | 14,6 | 91   |     |
| 2008                 | 444    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20    |  | 0,2   | 1,3  | 8,5  | 41   |     |
| 2008                 | 443    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    |  | 0,1   | 1,5  | 10,0 | 41   |     |
| Итого за прием пищи: |        |   |       |  | 64,19 | 19,0 | 20,8 | 74,5 | 551 |

Составлено  
Директор Общеобразовательного учреждения  
*С. В. Сурядкина*

Утверждаю  
Директор ООО "Гарантий продукт"  
И. И. Валов

**МЕНЮ**

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 64,19 руб.  
с 15 по 21 января, с 30 января по 4 февраля, с 13 по 18 февраля, с 27 февраля по 4 марта

**7 день**

| Сборник рецептов | № ТЭК | Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |          |             | Энергетическая ценность ккал |
|------------------|-------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|------------------------------|
|                  |       |                                      |              |            | Жиры, г          | Белки, г | Углеводы, г |                              |
| 2008             | 88    | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ        | 80           |            | 3,0              | 0,9      | 5,4         | 5                            |
| 2011             | 203   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5        |            | 4,7              | 5,8      | 35,9        | 20                           |
| 2011             | 260   | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ                    | 90           |            | 15,4             | 19,9     | 3,3         | 20                           |
| 2011             | 349   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 200          |            | 2,1              | 1,2      | 23,4        | 1                            |
| 2008             | 444   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20           |            | 0,2              | 1,3      | 8,5         |                              |
| 2008             | 443   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20           |            | 0,1              | 1,5      | 10,0        |                              |
|                  |       |                                      |              | 64,19      | 25,5             | 24,0     | 86,5        | 6                            |

Итого за прием пищи:

**8 день**

|      |       |                                     |          |       |      |      |      |   |
|------|-------|-------------------------------------|----------|-------|------|------|------|---|
| 2011 | 52    | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ) | 80       |       | 3,7  | 0,9  | 5,0  |   |
| 2011 | 289га | ПРОВ. ИЗ КУРИЦЫ                     | 200      |       | 19,5 | 18,1 | 41,3 | 5 |
| 2011 | 377   | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ             | 185/10/5 |       | 0,0  | 0,1  | 10,0 |   |
| 2008 | 444   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 20       |       | 0,2  | 1,3  | 8,5  |   |
| 2008 | 443   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 20       |       | 0,1  | 1,5  | 10,0 |   |
| 2008 | 338   | ЯБЛОКО                              | 120      |       | 0,5  | 0,5  | 11,8 |   |
|      |       |                                     |          | 64,19 | 18,0 | 22,3 | 86,6 | 6 |

Итого за прием пищи:

**9 день**

|      |        |                            |     |       |      |      |      |   |
|------|--------|----------------------------|-----|-------|------|------|------|---|
| 2011 | 47     | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 80  |       | 2,7  | 1,0  | 4,5  |   |
| 2011 | 312    | ПЮРЕ ХАРТОФЕЛЬНОЕ          | 150 |       | 4,7  | 3,2  | 21,4 | 2 |
| 2011 | 227 ГП | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ           | 70  |       | 3,1  | 12,0 | 0,5  |   |
| 2011 | 382    | КАКАО С МОЛОКОМ            | 200 |       | 2,8  | 3,4  | 14,5 |   |
| 2008 | 444    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 20  |       | 0,2  | 1,3  | 8,5  |   |
| 2008 | 443    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 20  |       | 0,1  | 1,5  | 10,0 |   |
|      |        |                            |     | 64,19 | 13,5 | 22,4 | 59,5 | 4 |

Итого за прием пищи:

**10 день**

|      |       |                                      |       |       |      |      |      |  |
|------|-------|--------------------------------------|-------|-------|------|------|------|--|
| 2012 | 41га  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 80    |       | 4,0  | 0,7  | 7,0  |  |
| 2008 | 323   | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ    | 150/5 |       | 4,9  | 4,0  | 24,4 |  |
| 2011 | 285 м | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ | 60/40 |       | 7,9  | 9,7  | 9,9  |  |
| 2011 | 376   | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 185/5 |       | 0,0  | 0,1  | 5,0  |  |
| 2008 | 444   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20    |       | 0,2  | 1,3  | 8,5  |  |
| 2008 | 443   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20    |       | 0,1  | 1,5  | 10,0 |  |
| 2008 | 338   | ЯБЛОКО                               | 120   |       | 0,5  | 0,5  | 11,8 |  |
|      |       |                                      |       | 64,19 | 17,5 | 17,8 | 77,2 |  |

Итого за прием пищи:

**11 день**

|      |       |                                     |     |       |      |      |      |  |
|------|-------|-------------------------------------|-----|-------|------|------|------|--|
| 2011 | 52    | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ) | 80  |       | 3,7  | 0,9  | 5,0  |  |
| 2011 | 389 м | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                       | 200 |       | 5,4  | 17,7 | 21,4 |  |
| 2011 | 349   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 200 |       | 2,1  | 1,2  | 23,4 |  |
| 2008 | 444   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 20  |       | 0,2  | 1,3  | 8,5  |  |
| 2008 | 443   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 20  |       | 0,1  | 1,5  | 10,0 |  |
|      |       |                                     |     | 64,19 | 12,5 | 22,6 | 68,3 |  |

Итого за прием пищи:

**12 день**

|      |       |  |          |       |      |      |      |  |
|------|-------|--|----------|-------|------|------|------|--|
| 1997 | 71    | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ              | 80       |       | 2,1  | 0,6  | 5,1  |  |
| 2008 | 324   | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5    |       | 5,3  | 4,5  | 20,2 |  |
| 2011 | 270 м | БИФТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ               | 60/30    |       | 7,4  | 9,6  | 18,8 |  |
| 2011 | 377   | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ                  | 185/10/5 |       | 0,0  | 0,1  | 10,0 |  |
| 2008 | 444   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20       |       | 0,2  | 1,3  | 8,5  |  |
| 2008 | 443   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20       |       | 0,1  | 1,5  | 10,0 |  |
|      |       |  |          | 64,19 | 15,1 | 17,6 | 64,6 |  |

Итого за прием пищи: