

Согласовано:  
Директор, МБОУ Трёхозёрская СОШ

Спасибо М.С. Г.И.  
А. Сидорова  
Подпись: \_\_\_\_\_  
Ф.И.О. \_\_\_\_\_



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
**Понедельник (неделя 1)**

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат из свежих огурцов	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Котлета домашняя мясная с соусом	70/30	8	5,98	7,94	117,58
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>20,18</b>	<b>20,71</b>	<b>79,94</b>	<b>586,26</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из свежих огурцов	60	1,16	6,05	5,8	82,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Котлета домашняя мясная с соусом	70/30	8	5,98	7,94	117,58
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>20,18</b>	<b>20,71</b>	<b>79,94</b>	<b>586,26</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГЦД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	225/15/10	6,08	7,51	13	144,3
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,05
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>9,19</b>	<b>8,42</b>	<b>49,98</b>	<b>310,97</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: МБОУ Трёхозёрская СОШ  
 Директор \_\_\_\_\_

Спасского МР ФМ  
В. Н. Сидорова  
 Подпись \_\_\_\_\_



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
 Вторник (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>18,61</b>	<b>19,355</b>	<b>80,49</b>	<b>572,73</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>18,61</b>	<b>19,355</b>	<b>80,49</b>	<b>572,73</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Рассольник Ленинградский с курицей со сметаной	225/15/10	6,67	7,7	17,3	165,6
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>11,32</b>	<b>9</b>	<b>57,3</b>	<b>355,9</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор МБОУ "Турехозерская СОШ"

Именное учреждение  
Спасского МР РТ  
Именное учреждение  
Ф.И.О. В.А. Сидорова



Утверждаю: Председатель СПОСПК "Эдем"



Турина А. А.

**МЕНЮ**  
Среда (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		1-4 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Винегрет овощной	60		0,86	6,1	5,84	81,8
Плов из куриных грудок с рисом	160/30		14,44	12,6	38,9	326,76
Хлеб пшеничный	40		3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,24	0,09	11	45,77
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>		<b>20,14</b>	<b>20,09</b>	<b>83,14</b>	<b>594,03</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		5-11 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Винегрет овощной	60		0,86	6,1	5,84	81,8
Плов из куриных грудок с рисом	160/30		14,44	12,6	38,9	326,76
Хлеб пшеничный	40		3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,24	0,09	11	45,77
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>		<b>20,14</b>	<b>20,09</b>	<b>83,14</b>	<b>594,03</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>					

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Пельмени с бульоном	140/140	7,3	12,33	33,11	272,61
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и изюмом	180/10/3	0,8	0,09	13	56,01
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>12,02</b>	<b>13,45</b>	<b>68,71</b>	<b>443,41</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор МБОУ Трёхозёрская СОШ

Списского МР ЯН  
 И.И. Сидорова  
 Инициалы Ф.И.О.  
 «Трёхозёрская СОШ»

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
**Четверг (неделя 1)**

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Сыр	10	2,7	1,68		25,92
Каша вязкая молочная гречневая с маслом	200/5/10	7,4	10,39	30,1	243,51
Сосиска в тесте	90	7,1	6,8	25,6	192
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>20</b>	<b>19,73</b>	<b>80,1</b>	<b>577,46</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Сыр	10	2,7	1,68		25,92
Каша вязкая молочная гречневая с маслом	200/5/10	7,4	10,39	30,1	243,51
Сосиска в тесте	90	7,1	6,8	25,6	192
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>20</b>	<b>19,73</b>	<b>80,1</b>	<b>577,46</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) с курицей с гренками из пшеничного хлеба	235/15	9,6	7	24,5	199,7
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>13,69</b>	<b>8,2</b>	<b>66,28</b>	<b>391,29</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Старший повар: \_\_\_\_\_



Согласовано: Директор МБОУ "Тракторозерская СОШ"

Спасского М.С. Ф.И.

Председатель В.А. Сидорова



**МЕНЮ**  
Суббота (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		1-4 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Кондитерское изделие	30		1,8	6,6	16,8	133,8
Макаронные изделия отварные с маслом	150		5,47	6,37	34,34	216,57
Гуляш из говядины с соусом	45/45		9,19	5,9	3,44	103,62
Хлеб пшеничный	20		1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7		0,43	0,09	14,4	60,1
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>		<b>19,85</b>	<b>19,72</b>	<b>86,78</b>	<b>603,97</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		5-11 классы	Белки	Жиры		Углеводы
Кондитерское изделие	30		1,8	6,6	16,8	133,8
Макаронные изделия отварные с маслом	150		5,47	6,37	34,34	216,57
Гуляш из говядины с соусом	45/45		9,19	5,9	3,44	103,62
Хлеб пшеничный	20		1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7		0,43	0,09	14,4	60,1
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>		<b>19,85</b>	<b>19,72</b>	<b>86,78</b>	<b>603,97</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>					

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	225/15/10	6,1	7,5	9,2	129,7
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60,09
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>10,68</b>	<b>8,64</b>	<b>56,8</b>	<b>348,42</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: МБОУ Тихоозерская СОШ  
 Директор \_\_\_\_\_

Наименование учреждения  
Спасского МР ТН  
 Наименование района  
Спаский, в. А. Сидорова  
 Подпись \_\_\_\_\_ Ф.И.О. \_\_\_\_\_



Утверждаю:  
 Председатель СНОСПК "Эдем" \_\_\_\_\_



Туркина А. А.

**МЕНЮ**  
**Понедельник (неделя 2)**

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200/5/10	5,9	8,9	29	219,7
Ватрушка с творогом	70	9,99	8,69	21,1	202,57
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>19,45</b>	<b>18,8</b>	<b>87,7</b>	<b>600,45</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200/5/10	5,9	8,9	29	219,7
Ватрушка с творогом	70	9,99	8,69	21,1	202,57
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>19,45</b>	<b>18,8</b>	<b>87,7</b>	<b>600,45</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Борщ с капустой и картофелем с курицей со сметаной	225/15/10	6,08	7,51	13	144,3
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>10,17</b>	<b>8,71</b>	<b>54,78</b>	<b>335,89</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор

*МБОУ Трёхозёрская СОШ*

Спасского И.С. И.И.  
*В. А. Сагорова*



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
Вторник (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат из припущенной моркови	60	0,74	6,05	5,1	77,8
Картофель тушеный	150	2,9	1,1	34,1	155,9
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>19,7</b>	<b>20,445</b>	<b>79,72</b>	<b>579,21</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из припущенной моркови	60	0,74	6,05	5,1	77,8
Картофель тушеный	150	2,9	1,1	34,1	155,9
Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	70/30	12,1	12,26	7,82	190,02
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>19,7</b>	<b>20,445</b>	<b>79,72</b>	<b>579,21</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	225/15/10	7,1	6,33	22,6	175,77
Хлеб пшеничный	20	2,6	2,1	10,4	70,9
Хлеб ржан-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>11,07</b>	<b>8,65</b>	<b>53,8</b>	<b>337,33</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

*[Signature]*

Согласовано: МБОУ «Трёхозёрская СОШ»  
 Директор \_\_\_\_\_

Спасского М.С. Ф.И.  
 \_\_\_\_\_  
 Подпись: В.А. Седорова  
 Ф.И.О.



**МЕНЮ**  
 Среда (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Огурцы свежие (порционно)	60	0,8	0,06	1,68	10,46
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	13	11	205,8
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>19,82</b>	<b>20,55</b>	<b>84,02</b>	<b>607,72</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Огурцы свежие (порционно)	60	0,8	0,06	1,68	10,46
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	216,57
Сосиска отварная с соусом	100/20	11,2	13	11	205,8
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>19,82</b>	<b>20,55</b>	<b>84,02</b>	<b>607,72</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с крупой (пшеничный) с курицей и сметаной	225/15/10	9,38	9,5	22,79	223
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>12,34</b>	<b>10,26</b>	<b>61,49</b>	<b>396,78</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: МБОУ Турхозерская СОШ  
 Директор \_\_\_\_\_

Спасского МР РТ  
 Наименование района  
Сидорова  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_



Утверждаю:  
 Председатель СПОСНК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
**Четверг (неделя 2)**

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>20,2</b>	<b>20,63</b>	<b>79,65</b>	<b>587,06</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
Фрикассе из куриных грудок	45/45	8,78	11,55	3,65	153,67
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>20,2</b>	<b>20,63</b>	<b>79,65</b>	<b>587,06</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) с курицей с гренками из пшеничного хлеба	235/15	9,6	7	24,5	199,7
Хлеб пшеничный	30	2,6	0,81	14,4	74,73
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	12,3	60,09
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>14,35</b>	<b>8,31</b>	<b>70,38</b>	<b>411,32</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор МБОУ Трёхозёрская СШ

Спасского МР ЯМ  
Смир В. Н. Вигорова  
Имя Фамилия  
«Трёхозёрская СШ»

Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
Пятница (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат из отварной свеклы	60	0,63	6,05	5,27	78,05
Плов из куриных грудок с рисом	160/30	14,44	12,6	38,9	326,76
Хлеб пшеничный	50	4,4	1,35	26	133,75
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>77,76</b>	<b>19,51</b>	<b>20,005</b>	<b>80,27</b>	<b>579,26</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из отварной свеклы	60	0,63	6,05	5,27	78,05
Плов из куриных грудок с рисом	160/30	14,44	12,6	38,9	326,76
Хлеб пшеничный	50	4,4	1,35	26	133,75
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>78,00</b>	<b>19,51</b>	<b>20,005</b>	<b>80,27</b>	<b>579,26</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b>	<b>67,30</b>				

**ГПД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Суп картофельный с клецками с курицей и сметаной	225/15/10	6,1	9,4	18,4	182,6
Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
<b>Цена/итого</b>	<b>43,00</b>	<b>10,75</b>	<b>10,7</b>	<b>58,4</b>	<b>372,9</b>

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: Директор МБОУ "Трёхозёрская СОШ"

Спасаров М.Ф. И.И.  
Сидорова В.А. Сидорова



Утверждаю: Председатель СПОСПК "Эдем"

Гуркина А. А.

МЕНЮ  
Суббота (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Кондитерское изделие	30	1,8	6,6	16,8	133,8
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Тефтели "Рыбачки" из минтая, запеченные с соусом	70/30	9,6	5	7,2	112,2
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	77,76	18,4	18,95	87,6	594,55

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Кондитерское изделие	30	1,8	6,6	16,8	133,8
Картофельное пюре	150	3,8	6,5	34,8	212,9
Тефтели "Рыбачки" из минтая, запеченные с соусом	70/30	9,6	5	7,2	112,2
Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,24	0,09	11	45,77
Цена завтрака / Итого за завтрак	78,00	18,4	18,95	87,6	594,55
Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)	67,30				

ГПД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Пельмени с бульоном	140/140	7,3	12,13	33,11	270,81
Хлеб пшеничный	40	3,28	0,7	19,2	99,64
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена/итого	43,00	11,9	13,05	81,41	494,41

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Кондитерское изделие	50	1,75	7,55	16,62	141,43
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
Старший повар: \_\_\_\_\_