**Меню на первый день**

**филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда**  **(грамм.)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат свекольный с яблоками** | **100 г.** | **0.9** | **5.1** | **8.3** | **82** | **27** |
| **7-11 лет** | **2)Суп с вермишелью** | **200** | **2,15** | **2,27** | **13,71** | **83,80** | **208** |
| **7-11 лет** | **3) Макароны отварные – гарнир** | **100** | **3,57** | **0,37** | **0,57** | **104,98** | **19** |
| **7-11 лет** | **4)Гуляш** | **100** | **7,54** | **6,24** | **1,26** | **156,94** | **523** |
|  | **5)Чай** | **200г.** | **0,14** | **0,02** | **11,34** | **45,56** | **393** |
| **7-11 лет** | **6)Хлеб**  **(пшен.)** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11 лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** | **212** |
|  | **итого 7-11 лет** | **770** | **19,83** | **16,5** | **70,18** | **655,28** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова/**

**Меню на второй день**

**филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда**  **(граммы)** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | |
| **7-11лет** | **1) Винегрет** | **60** | **0,82** | **3,71** | **5,06** | **56,88** | **45** |
| **7-11лет** | **2) Суп картофельный с рыбой** | **200** | **4,16** | **1,84** | **10,4** | **100,78** | **150** |
| **7-11лет** | **3)Рагу овощное с мясом** | **200** | **14,04** | **11,36** | **17,04** | **266,4** | **115** |
| **7-11лет** | **4)Компот из сухофруктов** | **200** | **1,00** | **0,06** | **27,5** | **110,0** | **278** |
| **7-11лет** | **6)Хлеб(пшен.)** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** |
|  | **итого 7-11 лет** | **680** | **25,60** | **19,055** | **95,00** | **716,26** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам директора школы по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Е.И. Перышкина/**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на третий день**

**Филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед /** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат витаминный** | **80** | **1,2** | **3, 68** | **8,8** | **72,8** | **27** |
| **7-11 лет** | **2) Суп гороховый** | **200** | **2** | **2,24** | **13,6** | **82,6** | **145** |
| **7-11 лет** | **3) Каша гречневая-гарнир** | **150** | **8,55** | **7,23** | **41,175** | **270,75,52** | **67** |
| **7-11 лет** | **4)Гуляш** | **100** | **7,54** | **6,24** | **1,26** | **156,94** | **523** |
|  | **5)Чай сладкий**  **6)Хлеб(пшен.)** | **200г.** | **0,14** | **0,02** | **11,34** | **45,56** | **393** |
| **7-11 лет** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11 лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,1** | **0,3** | **11** | **56** | **212** |
|  | **Итого 7-11 лет** | **800** | **24,73** | **20,91** | **12,75** | **788,41** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на четвертый день**

**филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат из белокочанной капусты** | **80** | **1,76** | **3,6** | **8,4** | **72,80** | **6** |
| **7-11 лет** | **2)Борщ** | **200** | **2** | **2,24** | **13,6** | **82,6** | **128** |
| **7-11 лет** | **3) Рис отварной гарнир** | **150** | **3,645** | **5,37** | **36,69** | **209,7** | **315** |
| **7-11 лет** | **Котлета** | **100** | **13,7** | **8,6** | **12** | **186** | **31** |
| **7-11 лет** | **4)Компот из сухофруктов** | **150** | **0,75** | **0,045** | **20,625** | **82,5** | **278** |
| **7-11 лет** | **Хлеб пшеничный** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11 лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** | **212** |
|  | **Итого 7-11 лет** | **710** | **27,455** | **21,955** | **126,315** | **815,6** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на пятый день**

**Филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат свеклы с яблоками** | **100** | **0,9** | **5,1** | **8,3** | **82** | **27** |
| **7-11 лет** | **2) Суп картофельный с крупой** | **200** | **2** | **4,6** | **13,6** | **82,6** | **80** |
| **7-11 лет** | **Плов с мясом**  **Чай** | **180** | **11,484** | **10,026** | **2,88** | **287,28** | **531** |
| **7-11** | **200** | **0,14** | **0,02** | **11,34** | **45,56** |  |
| **7-11 лет** | **Хлеб пшеничный** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11 лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** |  |
|  | **Итого 7-11 лет** | **750** | **20,124** | **21,846** | **71,12** | **679,44** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на шестой день**

**Филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **Винегрет** | **60** | **0,82** | **3,71** | **5,06** | **56,88** | **45** |
| **7-11 лет** | **100** | **1,36** | **6,18** | **8,44** | **94,80** |
| **7-11 лет** | **Суп с вермишелью и мясом крупой** | **200** | **2,15** | **2,27** | **13,71** | **83,80** | **208** |
| **7-11 лет** | **Картофельное пюре**  **Ежики мясные в соусе** | **150** | **3,06** | **5, 28** | **19,5** | **140,22** | **131** |
| **7-11** | **Чай** | **200** | **0,14** | **0,02** | **11,34** | **45,56** |  |
| **7-11 лет** | **Хлеб пшеничный** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11 лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** |  |
|  | **Итого 7-11 лет** | **780** | **14,2** | **16,96** | **109,07** | **648,26** |  |

**Стоимость – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на седьмой день**

**Филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат из белокочанной капусты** | **80** | **1,76** | | **3,6** | **8,4** | **72,80** | **6** |
| **7-11 лет** | **2) Щи из свежей капусты с картофелем** | **200** | **2** | | **2,24** | **13,6** | **82,6** | **142** |
| **7-11 лет** | **Рис отварной**  **Рыба припущеннная** | **150** | **3,645** | | **5,37** | **36,69** | **209,7** | **315**  **77** |
| **7-11 лет** | **40** | **12** | | **5,8** | **0,87** | **103,668** |
| **7-11 лет** | **Компот из сухофруктов** | **150** | **0,75** | | **0,045** | **20,625** | **82,5** | **278** |
| **7-11 лет** | **Хлеб пшеничный** | **40** | **3,2** | | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11 лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | | **0,9** | **15** | **78** |  |
|  | **Итого 7-11 лет** | **690** | **24,76** | | **19,16** | **115,19** | **733,268** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на восьмой день**

**филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **Рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **Обед** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат витаминный** | **80** | **1,2** | **3,68** | **8,8** | **72,8** | **21** |
| **2) Суп с вермишелью и мясом** | **200** | **2,15** | **2,27** | **13,71** | **83,80** | **208** |
| **Рис отварной**  **Гуляш** | **150** | **3,645** | **5,37** | **36,69** | **209,7** | **315**  **523** |
| **120** | **9,048** | **7,488** | **1,75,522** | **188,33** |
| **Компот из сухофруктов** | **150** | **0,75** | **0,045** | **20,625** | **82,5** | **278** |
| **Хлеб пшеничный** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** |  |
| **Итого** | **770** | **22,40** | **20,95** | **116,34** | **819,23** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на девятый день**

**филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат из свеклы с яблоком** | **100** | **0,9** | **5,1** | **8,3** | **82** | **27** |
| **2)Борщ** | **200** | **2** | **2,24** | **13,6** | **82,6** | **128** |
| **3) Вермишель отварная гарнир** | **150** | **5,52** | **4,52** | **26,45** | **168,45** | **688** |
| **Котлета** | **100** | **13,7** | **8,6** | **12** | **186** | **31** |
| **4 ) Чай** | **200** | **0,14** | **0,02** | **11,34** | **45,56** | **393** |
| **Хлеб пшеничный** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** |  |
| **-Итого 7-11 лет** | **820** | **27,86** | **22,58** | **106,69** | **746** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**

**Меню на десятый день**

**филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Пичевка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети**  **ческая ценность** | **№**  **рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
|  | **обед** | | | | | | |
| **7-11 лет** | **1) Салат свеклы с яблоками** | **100** | **0,9** | **5,1** | **8,3** | **82** | **27** |
| **7-11 лет** | **2) Суп картофельный с крупой** | **200** | **2** | **4,6** | **13,6** | **82,6** | **80** |
| **7-11 лет** | **Плов с мясом**  **Чай** | **180** | **11,48** | **10,026** | **2,88** | **287,28** | **531** |
|  | **200** | **0,14** | **0,02** | **11,34** | **45,56** | **393** |
| **7-11 лет** | **Хлеб пшеничный** | **40** | **3,2** | **1,2** | **20** | **104** | **212** |
| **7-11 лет** | **Батон нарезной** | **30** | **2,4** | **0,9** | **15** | **78** |  |

**Стоимость обеда – 75,52 руб.**

**Зам.директора школы по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Е.И.Перышкина /**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Н.А. Чекашова /**