

УТВЕРЖДАЮ

ИП Позигун И.Н.



/ ИП Позигун И.Н. /

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №2



Директор

/Гусева М.В./

МЕНЮ

1 неделя понедельник

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Каша манная молочная вязкая	180	265	8,84	10,23	36,08
Какао с молоком	180	87	2,78	2,82	12,64
Сыр твердый	10	40	2,53	3,2	0
Хлеб йодированный	40	105	3,04	1,1	20,6
Фрукты свежие (яблоки)	90	48	0,34	0,32	12,07
Итого:	500	545	17,53	17,67	81,39
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Каша манная молочная вязкая	200	294	9,82	11,37	40,09
Какао с молоком	180	87	2,78	2,82	12,64
Сыр твердый	10	40	2,53	3,2	0
Хлеб йодированный	60	157	4,56	1,68	30,9
Фрукты свежие (яблоки)	100	52	0,38	0,35	13,41
Итого:	550	630	20,07	19,42	97,04
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

УТВЕРЖДАЮ

ИП Позигун И.Н.



/ ИП Позигун И.Н.

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №2

Директор



/Гусева М.В./

МЕНЮ

1 неделя вторник

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	23	0,89	1,06	2,39
Котлета мясная в соусе	50/10	167	6,02	13,4	4,7
Пюре картофельное	150	121	2,44	3,88	19,03
Хлеб йодированный	40	105	3,04	1,1	20,6
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	510	471	12,48	19,47	61,36
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	23	0,89	1,06	2,39
Котлета мясная в соусе	50/10	167	6,02	13,4	4,7
Пюре картофельное	180	145	2,93	4,66	22,9
Хлеб йодированный	50	131	3,8	1,4	25,75
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Итого:	550	521	13,73	20,55	70,38
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

ИП Позигун И.Н.



ИП Позигун И.Н.

/

МБОУ СОШ №2

СОГЛАСОВАНО

Директор



/Гусева М.В./

МЕНЮ

1 неделя среда

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Лапшевник с творогом с повидлом	150/15	263	12,24	10,74	29,38
Чай с лимоном	200/7	69	0,07	0,01	16,83
Хлеб йодированный	40	105	3,04	1,1	20,6
Фрукты свежие (яблоки)	90	48	0,34	0,32	12,07
Итого:	502	485	15,69	12,17	78,88
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Лапшевник с творогом с повидлом	180/20	316	14,69	12,89	35,26
Чай с лимоном	200/10	70	0,07	0,01	17,07
Хлеб йодированный	40	105	3,04	1,1	20,6
Фрукты свежие (яблоки)	100	52	0,38	0,35	13,41
Итого:	550	543	18,18	14,35	86,34
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					



МЕНЮ
1 неделя четверг

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Салат из белокочанной капусты	60	48	0,87	2,69	5,13
Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	50/50	129	9,62	3,14	3,45
Рис отварной	150	171	3,56	1,85	35,11
Кофейный напиток	180	20	0	0	4,09
Хлеб йодированный	40	105	3,04	1,1	20,6
Итого:	530	473	17,09	8,78	68,38
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Салат из белокочанной капусты	40	32	0,58	1,79	3,42
Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	50/50	129	9,62	3,14	3,45
Рис отварной	180	203	4,23	2,21	41,61
Кофейный напиток	180	20	0	0	4,09
Хлеб йодированный	50	131	3,8	1,4	25,75
Итого:	550	515	18,23	8,54	78,32
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

УТВЕРЖДАЮ

ИП Позигун И.Н.



/ИП Позигун И.Н. /

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №2

Директор



/Гусева М.В./

МЕНЮ

1 неделя пятница

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Салат овощной	60	35	0,97	1,94	3,33
Тефтели мясные со сметаной	70/10	165	11,18	13,24	10,14
Макаронные изделия отварные	150	171	5,14	1,88	33,32
Чай с сахаром	180	50	0,08	0,03	13,18
Хлеб йодированный	40	105	3,04	1,1	20,6
Итого:	510	526	20,41	18,19	80,57
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Салат овощной	50	29	0,81	1,62	2,78
Тефтели мясные со сметаной	70/10	165	11,18	13,24	10,14
Макаронные изделия отварные	180	199	5,98	2,24	38,71
Чай с сахаром	200	55	0,09	0,03	14,64
Хлеб йодированный	40	105	3,04	1,1	20,6
Итого:	550	553	21,1	18,23	86,87
Стоимость рациона питания составляет 64 рубля 30 копеек					