Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ №18
С.В.Соколова

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

на 02 апреля 2021 года

	Наименование блюд	Выход масссы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
1 вариант	**Горячий завтрак (1-4кл.)**						
	Бутерброд с сыром	30 , 10	6,1	4,1	14,5	119,00	13,91
	Куринные мячики с соусом	100,20	12,7	13,4	5,8	194,00	46,04
	Рис припущенный	180	4,4	4,3	32	185,00	10,16
	Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	113,00	8,35
	Хлеб ржаной	20	1,9	0,4	17,5	81,00	1,54
	Итого за прием пищи					**692,00**	**80,00**
2 вариант	**Горячий завтрак(1-4кл.)**						
	Курица запеченая	100	16,2	15,1	0,7	204,00	55,31
	Гречка вязкая отварная	180	5,5	5,4	26,9	178,00	10,75
	Бутерброд с маслом	30,5	2,3	8,3	14,5	142,00	9,95
	Хлеб ржаной	20	0,2	0,24	15,2	71,00	1,54
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**655,00**	**80,00**
1 вариант	**Горячий завтрак (5-11кл.)**						
	Бутерброд с сыром	30 , 10	6,1	4,1	14,5	119,00	13,91
	Куринные мячики с соусом	100,20	12,7	13,4	5,8	194,00	46,04
	Рис припущенный	180	4,4	4,3	32	185,00	10,16
	Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	113,00	8,35
	Хлеб ржаной	20	1,9	0,4	17,5	81,00	1,54
	Итого за прием пищи					**692,00**	**80,00**
2 вариант	**Горячий завтрак(5-11кл.)**						
	Курица запеченая	100	16,2	15,1	0,7	204,00	55,31
	Гречка вязкая отварная	180	5,5	5,4	26,9	178,00	10,75
	Бутерброд с маслом	30,5	2,3	8,3	14,5	142,00	9,95
	Хлеб ржаной	20	0,2	0,24	15,2	71,00	1,54
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**655,00**	**80,00**
	Обед						
	Нарезка из свежих овощей	80,4	0,7	4	2,5	49,00	17,66
	Свекольник с мясом и сметаной	250.20.10	5,7	5,4	14,5	129,00	28,72
	Тефтели рыбные запеченые	100	18,2	10,3	15,2	226,00	28,02
	Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176,00	15,82
	Сок в ассортименте	200	0,6	0,2	15,8	114,00	12,78
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	67,00	3,66
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81,00	2,94
	Итого за прием пищи					**842,00**	**109,60**

Мед работник — Корнийчук Т.Е.
Соц. педагог — Бедросова Л.О
Зав столовой — Прусс А.А.

Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я.

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ №18
С.В.Соколова

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ
ЭКСПРЕСС-ЗАВТРАКИ
5-11 класс

день	Наименование блюд	Выход масссы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
ПН	**Экспресс - завтрак**						
	Булочка с посыпкой	50	3,25	7,77	14,52	142,8	9,95
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**202,80**	**12,40**
ВТ	**Экспресс - завтрак**						
	Печенье сахарное	50	2,9	7	7,2	188,00	9,95
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**248,00**	**12,40**
СР	**Экспресс - завтрак**						
	Пряник шоколадный	50	2,5	3,5	38	195,00	9,95
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**255,00**	**12,40**
ЧТ	**Экспресс - завтрак**						
	Вафля шоколадная	60	2,7	4	6,8	167,00	9,95
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**227,00**	**12,40**
ПТ	**Экспресс - завтрак**						
	Булочка с начинкой	50	1,59	6,17	15,97	127,00	9,95
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	2,45
	Итого за прием пищи					**187,00**	**12,40**

Мед работник — Корнийчук Т.Е.
Соц.педагог — Бедросова Л.О
Зав столовой — Прусс А.А.

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ №18
С.В.Соколова

Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
СВОБОДНОЕ МЕНЮ
02 апреля 2021года

№ Рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углевод	Энергетическая Ценность ккал.	Цена блюда
	Обед						
	Винегрет	100	2.0	1.0	23.0	12.0	20-00
№123	Суп с курицей и домашней лапшей	250.20	7.3	13.1	1.5	159.0	29-01
№ттк	Голубцы любительские	150	6.2	6.0	32.4	285.0	50-00
ттк	Минтай жареный	100	3.20	2,25	19,0	157.0	37-00
	Пюре картофельное	150	6,1	6,9	66,0	103.0	16-60
	Компот из кураги	200	0.16	0.0	22.00	68.0	7.80
	Сосиска запеченная в тесте	100	2.28	2.25	14.0	189.0	22.0

Соц. педагог _____
Зав производством _____
Медработник _____