

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 12 до 18 лет на 08.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,7	18,1	119,2	713,5	80,00
Овощи натуральные	100	1,1	0,1	3,8	20,5	21,98
Шницель из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236	39,11
Макароны отварные	180	5,2	3,4	51	255,4	9,97
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200	0,2	0,0	15,5	62,8	6,54
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,20
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,20
ИТОГО:		15,2	13,9	100,7	588	80,00

Соц. педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 12 до 18 лет на 09.02.2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<i>Завтрак</i>		25,8	23,2	88,9	667,3	80,00
Бутерброд с сыром	20	5,3	3,7	7,2	83,3	12,65
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176	23,36
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	11,35
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	7,72
Йогурт молочный полужирный	125	1,8	1,5	4,5	38,7	22,52
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,20
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,20
ИТОГО:		25,8	23,2	88,9	667,3	80,00

Соц.педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 12 до 18 лет на 10.02.2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		27,4	25,1	90,6	696,9	80,00
Бутерброд с сыром и маслом	20	5,8	6,4	7,9	112,4	12,95
Рагу из птицы	300	16,1	15,1	29,6	319	53,29
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	11,36
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,20
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,20
ИТОГО:		27,4	25,1	90,6	696,9	80,00

Социальный педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 12 до 18 лет на 11.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		24,2	22,6	103,9	714,8	80,00
Бутерброд с маслом	30	2,3	7,4	14,5	133,8	9,53
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200 /20	18,5	14,4	44,0	379,7	63,44
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	4,63
Хлеб пшеничный	20	2,0	0,6	16,2	77,8	1,20
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,20
ИТОГО:		24,2	22,6	103,9	714,8	80,00

Социальный педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 12 до 18 лет на 12.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,7	22,9	106,7	714,6	80,00
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	43	0,9	5,0	3,1	61,0	9,32
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	399,5	60,21
Компотик теплый из свежих плодов или ягод	200	0,5	0,2	23,1	96,2	8,37
Хлеб пшеничный	15	0,8	0,2	6,1	29,2	0,90
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,20
ИТОГО:		20,7	22,9	106,7	714,6	80,00

Социальный педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 7 до 11 лет на 08.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		15,2	13,9	100,7	588	80,00
Овощи натуральные	80	0,9	0,1	3	16,3	16,00
Шницель из говядины	80	7,5	10,4	13,6	178	30,87
Макароны отварные	150	4,5	3	36,7	191,7	8,19
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200	0,2	0,0	15,5	62,8	6,54
Яблоко	100	0,4	0,0	14,4	59,2	16,00
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,20
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,20
ИТОГО:		15,2	13,9	100,7	588	80,00

Соц. педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 7 до 11 лет на 09.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		24,1	21,5	75,1	589,9	80,00
Бутерброд с сыром	20	5,3	3,7	7,2	83,3	12,65
Котлета рыбная запеченная	100	10,3	9,3	12,9	176	23,35
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	12,86
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	114,1	7,72
Йогурт молочный полужирный	125	1,8	1,5	4,5	38,7	22,52
Хлеб ржаной	15	0,6	0,1	6,9	30,9	0,90
ИТОГО:		24,1	21,5	75,1	589,9	80,00

Соц.педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 7 до 11 лет на 10.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,0	20,0	89,0	616,8	80,00
Бутерброд с сыром и маслом	20	5,8	6,4	7,9	112,4	12,93
Рагу из птицы	250	9,0	9,8	28,4	238	34,59
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	11,36
Яблоко	117	0,4	0,0	14,4	59,2	18,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	40,5	1,20
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	1,20
ИТОГО:		20,0	20,0	89,0	616,8	80,00

Социальный педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08" февраля 2021

Астанина С.Р.

Меню для детей с 7 до 11 лет на 11.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		19,2	20,5	75,4	562,8	80,00
Бутерброд с маслом	30	2,3	7,4	14,5	133,8	9,53
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	180	15,5	12,9	31,7	304,8	64,64
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	4,63
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,20
ИТОГО:		19,2	20,5	75,4	562,8	80,00

Социальный педагог

Повар-бригадир

Утверждаю:

Директор МАОУ Гагаринская СОШ

" 08 " февраля

2021г.

Астанина С.Р.

Меню для детей с 7 до 11 лет на 12.02.2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17,0	20,0	82,0	573,5	80,00
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	53	0,7	4,0	2,5	48,8	12,48
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	56,93
Компотик теплый из свежих плодов или ягод	200	0,5	0,2	23,1	96,2	8,49
Хлеб пшеничный	15	0,8	0,2	6,1	29,2	0,90
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,20
ИТОГО:		17,0	20,0	82,0	573,5	80,00

Социальный педагог

Повар-бригадир