

Директор

УТВЕРЖАЮ
Генеральный директор ООО «АртЛавский»
А.А. Прохорова
с. Б. Мефодьева
Итого: 1000 минимальных долей

Основное организационное двухнедельное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений Цивильского муниципального района	Возрастная категория: 7-11 лет	Возрастная категория: с 12 лет и старше
МЕНЮ НА 1 день		

МЕЛЮ НА 1 день

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: с 42 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив	22,00	230/5	5,52	7,9	36,15	239,79	27,00	250/5	8,57	39,24	260,2	
97*	Сыр порцики	10,00	10	2,3	2,9	0,1	36,2	15,00	15	3,45	4,35	54,3	
ПП	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
685*	Чай с сахаром	4,0	200	0,2		19,8	77	4,0	200	0,2		19,8	77
ИТОГО		41,0	505,0	12,8	11,4	85,9	491,6	50,0	530,0	14,4	13,5	89,0	530,1
ОБЕД													
ТТК	Яблочко	13,0	100	0,4	0,4	9,8	47	13,0	100	0,4	0,4	9,8	47
149*	Суп крестьянский с крупой на кури. Бульоне	20,00	200	4,28	5,71	10,71	90,04	26,00	250	5,35	7,13	13,38	112,55
508*	Гречка отварная рассыпчатая	10,00	150	5,33	4,35	19,95	140,5	16,00	180	6,4	5,22	23,94	168,6
292*	Бедро куриное запеченное с соусом сметанным	57,0	100(60/40)	15,36	13,66	1,54	189,2	57,0	100(60/40)	15,36	13,66	1,54	189,2
639*	Компот из сухофруктов	5,00	200	16,8	10,85	63,77	266	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266
ПП	Хлеб ржаной	5,00	60	17,8	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
ИТОГО		110,0	810,0	59,97	35,2	122,6	806,2	122,0	890,0	36,4	37,5	129,2	856,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		151,0	1315,0	72,79	46,6	208,4	1297,8	172,0	1420,0	50,8	51,1	218,2	1387,0
МЕНЮ НА 2 день													
				Возрастная категория : 7-11 лет				Возрастная категория : с 12 лет и старше					
СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК													
160*	Суп молочный с мак.изд.	19,0	200	6	3,8	24,2	156	28,0	230	6,9	4,37	27,83	179,4
685*	Чай с сахаром	4,00	200	0,2		19,8	77	4,00	200	0,2		19,8	77
ПП	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
ПП	Изделия бараночные	13,00	75	7,8	0,97	48,1	233,2	13,00	75	7,8	0,97	48,1	233,2
ИТОГО		41,00	535,00	18,80	5,37	121,90	604,80	50,00	565,00	19,70	5,94	125,53	628,20
ОБЕД													
78*	Винегрет	10,00	60	0,88	3,05	5,39	51,42	17,00	100	1,4	5,08	8,98	85,7
142*	Рассольник по-Тенинградски на мясном бульоне со сметаной	21,00	200/5	3,5	2,48	20,91	154,01	24,00	250/5	4,35	3,08	26,01	191,57
508*	Рис отварной рассыпчатый	12,00	150	4,2	0,6	43,3	195,9	14,00	180	5,04	0,72	52	235,1
471*	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	57,00	100(60/40)	16,7	8,37	8,05	139,1	57,00	100(60/40)	16,7	8,37	8,05	139,1
638*	Компот из яблок	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266
ПП	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
ИТОГО		110,0	775,0	34,1	25,6	158,2	879,9	122,0	895,0	36,3	28,4	175,6	991,0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		151,0	1310,0	52,9	31,0	280,1	1484,7	172,0	1460,0	56,0	34,3	301,1	1619,2

СОЛ. ЛАСОВАННО
Директор

УТВЕРЖАЮ
Директор ООО «Агрофирма
«Триплевская»
Л.В. Нефольева



МЕНЮ НА 3 день		Возрастная категория : 7-11 лет					Возрастная категория : с 12 лет и старше				
	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (г/р)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (г/р)	Пищевая ценность		
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК											
302*	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	19,00	225/5	5,59	8,58	38,23	261,74	24,00	250/5	6,19	9,32
96*	Масло сливочное	10,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	15,00	15	0,12	10,8
ПП	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6
685*	Чай с ягодным соком	7,00	200	0,2		5	23	7,00	200	40	10,2
ИТОГО		41,00	500,00	10,67	16,43	73,16	489,44	50,00	530,00	51,11	30,92
ОБЕД											
47**	Салат из квашеной капусты	12,00	60	1,02	2,4	1,86	32,64	17,00	100	1,7	4
124*	Пти из свеж. капусты на кур.бул. со сметаной	20,00	200/5	1,9	6,17	8,11	99,7	24,00	250/5	2,36	7,67
516*	Картофельное пюре	18,00	150	3,15	7,65	18,9	156,6	21,00	180	3,78	6,12
371*	Филе минтая тушеное с луком	49,00	100(60/40)	9,02	1,6	3,15	85,76	49,00	100(60/40)	9,02	1,6
631*	Компот из яблок	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03
ПП	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27
ИТОГО		110,00	785,00	17,53	18,12	63,81	505,05	122,00	905,00	19,30	19,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		151,00	1285,00	28,20	34,55	136,97	994,49	172,00	1435,00	70,41	50,61
МЕНЮ НА 4 день											
Возрастная категория : 7-11 лет											
ЗАВТРАК											
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	18,00	225/5	9,04	17,14	50,07	392,2	23,00	250/5	10,24	19,42
692*	Кофейный напиток	8,00	200	0,54	0,1	8,58	33	8,00	200	0,54	0,1
ПП	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6
97*	Сыр поршиими	10,00	10	2,3	2,9	0,1	36,2	15,00	15	3,45	4,35
ИТОГО		41,00	500,00	16,68	20,74	88,55	600,00	50,00	530,00	19,03	24,47
ОБЕД											
ПП	Фрукт(яблоко)	13,00	100	0,4	0,4	9,8	47	13,00	100	0,4	0,4
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	21,00	200	7,13	4,74	19,5	148,29	26,00	250	8,91	5,92
516*	Макароны отварные	7,00	150	6	5,44	36,44	218,67	14,00	180	7,2	6,53
278*	Тфтели из говяд. рубленные с соусом красным основным	57,00	100(60/40)	15,08	8,1	8,96	138,44	57,00	100(60/40)	15,08	8,1
ПП	Напиток лимонный	7,00	200	0,16	22	0,04	83,4	7,00	200	0,16	22
ПП	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27
ИТОГО		110,00	810,00	31,11	40,95	91,54	709,30	122,00	890,00	34,09	43,22
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		151,00	1310,00	47,79	61,69	180,09	1309,30	172,00	1420,00	53,12	67,69

СОЛ. ЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖАЮ
Директор «Агрофирма «Мглашевство»
М.А. Прохорова

МЕНЮ НА 5 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

Наименование блюда <i>ЗАВТРАК</i>	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы
302* Каша пшеничная молочная с маслом	11.00	150/5	6.62	4.19	31	193.44	12.00	180/5	12.6	7.2
ТТК Запеканка из творога	20.50	80	11.2	6.4	12.8	153.6	28.50	90	12.6	7.2
ТТК Соус сладкий	3.00	40	0.36	0.12	6.4	28	3.00	40	0.36	0.12
ПР Хлеб пшеничный	2.50	30	2.4	0.3	14.9	69.3	2.50	30	2.4	0.3
685* Чай с сахаром	4.0	200	0.2		19.8	77	4.0	200	0.2	
<i>ОБЕД</i>										
ТТК Салат из соевых отростков	16.0	60	0.7	3.1	1.9	39.3	26.00	100	1.1	5.1
ТТК Суп с мик/изд. на к/б с гречихой	20.00	200/15	1.81	5.03	13.57	109.28	25.00	250/15	2.26	6.3
259* Жаркое с говядиной и картофелем	49.00	200	32.4	27.6	31.4	496	58.00	250	40.5	34.5
ПР Хлеб ржаной	5.00	60	2.34	0.27	16.8	73.5	5.00	60	2.34	0.27
ПР Изделия бараночные	12.00	75	7.8	0.97	48.1	233.2	*	*	*	*
ТТК Напиток апельсиновый	8.0	200			22.8	86	8.0	200		
<i>ИТОГО</i>										
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>	<i>110.00</i>	<i>810.00</i>	<i>45.05</i>	<i>36.97</i>	<i>134.57</i>	<i>1037.28</i>	<i>122.00</i>	<i>875.00</i>	<i>46.20</i>	<i>46.17</i>
	<i>151.00</i>	<i>1315.00</i>	<i>65.83</i>	<i>47.98</i>	<i>219.47</i>	<i>1558.62</i>	<i>172.00</i>	<i>1420.00</i>	<i>69.66</i>	<i>58.79</i>

МЕНЮ НА 6 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

Наименование блюда <i>ЗАВТРАК</i>	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы
333* Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	21.00	230(215/10/5)	9.7	9.22	27.69	233.83	30.00	250(230/15/5)	10.54	10.02
686* Чай с лимоном	5.00	200	0.16	0.16	27.87	108.97	5.00	200	0.16	0.16
ПР Хлеб пшеничный	5.00	60	4.8	0.6	29.8	138.6	5.00	60	4.8*	0.6
96* Масло сливочное	10.00	10	0.08	7.25	0.13	66.1	10.00	10	0.08	7.25
<i>ИТОГО</i>										
<i>ИТОГО</i>	<i>41.0</i>	<i>500.0</i>	<i>14.7</i>	<i>17.2</i>	<i>85.5</i>	<i>547.5</i>	<i>50.0</i>	<i>520.0</i>	<i>15.6</i>	<i>18.0</i>
<i>ОБЕД</i>										
ТТК Яблоко	13.0	100	0.4	0.4	9.8	47	13.0	100	0.4	0.4
142* Рассоленный по-Тенинградски на мясном бульоне со сметаной	21.00	200/5	2.5	6.04	20.91	154.01	26.00	250/5	3.1	7.51
302* Каша гречневая вязкая	6.00	150	5.33	4.35	19.95	140.48	13.00	180	5.92	4.83
292** Фиге куриног тушеное с овощами с соусом сметанным	60.00	100(60/40)	17.4	12.09	2.05	197.9	60.00	100(60/40)	17.4	12.09
639* Колбас из сухофруктов	5.00	200	0.16	0.16	27.87	108.96	5.00	200	0.16	0.16
ПР Хлеб ржаной	5.00	60	2.34	0.27	16.8	73.5	5.00	20	1.1	1.1
<i>ИТОГО</i>										
<i>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</i>	<i>151.00</i>	<i>1325.00</i>	<i>42.87</i>	<i>40.54</i>	<i>182.87</i>	<i>1269.35</i>	<i>172.00</i>	<i>1405.00</i>	<i>43.66</i>	<i>44.12</i>

1341.74

СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖАЮ
Директор ООО «Агрофирма «Таттешевская»
И.В. Ифотиева

МЕНЮ НА 7 день		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше								
Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК																
302* Каша манная молочная с маслом сливочным	15,00	230/5	11,44	8,32	56,27	268,4	20,00	250/5	12,96	9,42	63,77	304,18				
693* Какао с молоком	11,00	200	3,79	3,2	25,81	143	11,00	200	3,79	3,2	25,81	143				
97* Сыр порцирами	10,00	10	2,3	2,9	0,1	36,2	15,00	15	3,45	4,35	0,15	54,3				
ПП Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6				
ИТОГО																
	41,00	505,00	22,33	15,02	111,98	586,20	50,00	530,00	25,00	17,57	119,53	640,08				
ОБЕД																
78* Полигон в нарезке	23,00	60	0,48	0,12	3,12	12	30,00	100	0,8	0,2	5,2	20				
110* Борщ на мясном бульоне со сметаной	25,00	200/5	1,45	4,04	10,9	87,8	28,00	250/5	1,8	5,02	13,55	109,21				
508* Рис отварной рассыпчатый	12,00	150	4,2	0,6	43,3	195,9	14,00	180	5,04	0,72	52	235,1				
388* Выточки из филе кур соус красный основной	41,00	100(60/40)	9,75	12,8	7,2	185,28	41,00	100(60/40)	9,75	12,8	7,2	185,28				
ПП Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5				
685* Чай с сахаром	4,0	200	0,2		19,8	77	4,0	200	0,2		19,8	77				
ИТОГО																
	110,00	770,00	18,42	17,83	101,12	631,48	122,00	910,00	19,93	19,01	114,55	700,09				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ																
	151,00	1275,00	40,75	32,85	213,10	1217,68	172,00	1440,00	44,93	36,58	234,08	1340,17				
МЕНЮ НА 8 день																
Возрастная категория : 7-11 лет																
Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК																
302* Каша молочная гречневая с маслом слив.	18,00	230/5	13,16	15,98	55,66	418,92	22,00	250/5	14,28	17,34	60,4	454,6				
685* Кисель из концентрата	8,00	200			14	52,4	8,00	200			14	52,4				
96* Масло сливочное	10,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	15,00	15	0,08	7,25	0,13	66,1				
ПП Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6				
ИТОГО																
	41,00	505,00	18,04	23,83	99,59	676,02	50,00	530,00	19,16	25,19	104,33	711,70				
ОБЕД																
47* Салат из квашеной капусты	13,00	60	1,02	2,4	1,86	32,64	17,00	100	1,7	4	3,1	54,4				
139* Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	24,00	200	7,13	4,74	19,5	148,29	29,00	250	8,91	5,92	24,3	185,36				
516* Картофельное пюре	18,00	150	3,15	7,65	18,9	156,6	21,00	180	3,78	6,12	15,12	188				
ПП Хлеб ржаной	44,00	100(60/40)	13,53	6,48	14,9	171,05	44,00	100(60/40)	13,53	6,48	14,9	171,05				
631* Компот из яблок	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5				
ИТОГО																
	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ																
	110,00	755,00	27,27	21,57	86,95	638,93	122,00	875,00	30,36	22,82	89,21	729,16				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ																
	151,00	1260,00	45,31	45,40	186,54	1314,95	172,00	1405,00	49,52	48,01	193,54	1440,86				

СОЛ. ЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДЕНО
Директор ООО «Агрофирма «Солнечная»
И.В. Мельникова

МЕНЮ НА 9 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				белки	жиры	углеводы	ккал		белки	жиры	углеводы	ккал	
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливоч.	18,00	225/5	9,04	17,14	50,07	392,2	23,00	250/5	10,24	19,42	56,74	424,3
96*	Масло сливочное	10,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14,00	15	0,12	10,8	0,19	99,1
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
692*	Кофейный напиток	8,00	200	0,54	0,1	8,58	33	8,00	200	0,54	0,1	8,58	33
	ИТОГО	41,00	500,00	14,46	25,09	88,58	629,90	50,00	530,00	15,70	30,92	95,31	695,00
ОБЕД													
15*	Огулец в нарезке	15,00	60	0,48	0,12	3,12	12	22,00	100	0,8	0,2	5,2	20
ТТК	Суп с мак/изл на к/б с гречками	22,00	200/15	1,81	5,03	13,57	109,28	24,00	250/15	2,26	6,3	16,9	136,6
516*	Макароны отварные	7,00	150	7	5,44	36,44	218,67	10,00	180	7,2	6,53	43,73	262,4
278**	Котлета из говядины с соусом красным	54,00	100 (60/40)	19,58	18,2	5,43	261,1	54,00	100(60/40)	19,58	18,2	5,43	261,1
ТТК	Напиток лимонный	7,00	200	0,16	22	0,04	83,4	7,00	200	0,16	22	0,04	83,4
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	110,00	775,00	31,37	51,06	75,40	757,95	122,00	895,00	32,34	53,50	88,10	837,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,00	1275,00	45,83	76,15	163,98	1387,85	172,00	1425,00	48,04	84,42	183,41	1532,00

МЕНЮ НА 10 день

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (г/п)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (г/п)	Пищевая ценность				
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал	
	ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная овсяная	20,00	220/5	10,4	11,31	38,29	251,74	20,00	250/5	11,78	12,81	43,39	285,3	
97*	Сыр порционный	*	*	*	*	*	*	10,00	10	2,3	2,9	0,1	36,2	
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	
ПР	Кондитерское изделие (Конфета)	12,0	20	1,1	4,4	13,2	96,8	12,0	20	1,1	4,4	13,2	96,8	
685*	Чай с сахаром	4,0	200	0,2	19,8	77	4,0	200	0,2	19,8	77			
	ИТОГО	41,00	505,00	16,50	16,31	101,09	564,14	50,00	545,00	20,18	20,71	106,29	633,90	
	ОБЕД													
78*	Помидор в нарезке	22,00	60	0,48	0,12	3,12	12	30,00	100	0,8	0,2	5,2	20	
124*	Шир из свеж. капусты на кур.бул. со сметаной	22,00	200/5	1,9	6,17	8,11	99,7	24,00	250/5	2,36	7,67	10,08	124,01	
302*	Каша пшеничная вязкая	7,00	150	4,5	1,1	25,5	135	9,00	200	6	1,4	34	180	
388*	Котлета куриная с соусом красным основным	47,00	100(60/40)	20,28	13,8	5,78	231,8	47,00	100(60/40)	20,28	13,8	5,78	231,8	
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	
ТТК	Напиток апельсиновый	7,0	200			22,8	86	7,0	200			22,8	86	
	ИТОГО	110,00	775,00	29,50	21,46	82,11	638,00	122,00	915,00	31,78	23,34	94,66	715,31	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,00	1280,00	46,00	37,77	183,20	1202,14	172,00	1460,00	51,96	44,05	200,95	1349,21	
	Средняя фактическая норма за 10 дней			49,57	45,74	196,4	1312,80			55,15	52,54	209,04	1435,2	
	Норма по СанПин 2.3/2.4.3590-20			38,5	39,5	167,5	1175,00			45	46	191,5	1360	

* Стороны рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных учреждениях В.Т. Ивашинной «Хлебобулочный цех М-2004»
* Стороны рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Москальковой «М.Деприн, 2005, 628 с»