

Согласовано

Школьная столовая

Директор

Утверждаю

МАУ «ЦХО и КП»

ИО директора

/ В.Н. Андреев

Меню

День: 1

Неделя:

Сезон: Летний

Возрастная группа:

Завтрак

№ реп	Наименование блюда	Вес порции г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углево- ды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Sc (мкг)	F	
173	Каша молочная пшениная с маслом	200/5	8.74	11.50	43.93	311.79	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02	
1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	3.12	7.57	19.58	161.40	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.60	0.46	1.50	1.28	2.50	0.00	
377	Чай с лимоном	200	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00	
698	Яблоки свежие порциями	100	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00	

Обед

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции и г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг ценност ь, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углев оды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мг к)	Se (мкг)	F	
982	Хлеб Цивильный	30	2.04	0.36	13.47	65.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
45	Салат из белокочанной капусты	100	1.17	6.43	3.46	73.77	0.04	0.04	25.05	0.01	2.88	0.00	27.87	31.74	15.34	0.64	243.10	1.52	0.31	0.01	
102	Суп картофельный с горохом с филе птицы	250/12	12.41	6.96	20.06	172.08	0.23	0.06	11.70	0.26	2.43	0.00	31.05	86.45	35.15	2.02	235.10	4.36	2.88	0.01	
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.50	7.21	51.57	318.61	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.09	18.06	248.92	165.82	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02	
269	Биточки рубленные со сметано-томатным соусом	50/50	8.17	5.50	11.91	123.44	0.05	0.06	2.79	0.03	0.27	0.00	17.48	71.34	12.70	1.17	127.97	3.60	0.78	0.02	
348	Компот из кураги	180	0.97	0.00	28.20	111.76	0.02	0.04	0.74	0.11	1.02	0.00	29.77	27.17	19.54	0.60					

Согласовано

Индивидуальная столовая

Директор

Утверждаю

И.О.У «ЦХО и КП»

И.О. директора

В.Н. Андреев

Меню

День: 2

Неделя:

Сезон: Летний

Возрастная группа:

Завтрак

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углево- ды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se (мкг)	F	
173	Каша молочная пшеничная со слив. маслом	200/5	8.59	6.91	40.57	256.30	0.14	0.16	1.30	0.04	0.93	0.13	139.39	217.20	42.97	2.24	259.45	9.00	36.69	0.02	
3	Бутерброд с сыром	30/15	5.73	3.83	14.58	125.40	0.04	0.05	0.10	0.04	0.10	0.14	138.00	94.50	9.45	0.48	13.20	0.96	3.97	0.00	
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0.57	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
698	Яблоки свежие порциями	100	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00	

Обед

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции и г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углев оды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мг к)	Se (мкг)	F	
982	Хлеб Цивильный	30	2.04	0.36	13.47	65.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
52	Салат из свеклы отварной	100	1.35	6.08	7.87	89.85	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00	
88	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом филе птицы со сметаной	250/12 /5	7.22	8.54	9.07	132.36	0.06	0.05	22.70	0.27	2.42	0.00	44.25	52.51	22.75	0.81	321.30	4.74	0.37	0.01	
309	Макароны отварные	180	6.54	5.24	39.28	234.91	0.06	0.02	0.00	0.03	1.01	0.09	4.98	46.83	8.37	0.98	84.11	0.94	0.06	0.00	
290	Филе куриное тушеная в соусе	50/50	7.34	10.49	6.46	137.43	0.02	0.01	2.29	0.03	1.04	0.00	17.40	12.85	3.57	0.					

Согласовано

Школьная столовая

Директор

Утверждаю

ИО Директора МАУ «ЦХО и КП»

ИО Директора

В.Н. Андреев

Меню

День: 3

Неделя:

Сезон: Летний

Возрастная группа:

Завтрак

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углево- ды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг) (мкг)	Se (мкг)	F	
879	Каша полбяная с маслом	200	12.01	11.31	37.15	291.12	0.03	0.13	1.30	0.06	0.10	0.20	121.18	92.07	13.86	0.12	147.50	9.00	2.10	0.02	
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.36	7.49	14.72	137.60	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00	
379	Кофейный напиток с молоком	200	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02	

Обед

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции и г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углев оды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мг к)	Se (мкг)	F	
982	Хлеб Цивильный	30	2.04	0.36	13.47	65.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0.98	6.44	3.83	74.80	0.05	0.04	16.70	0.01	3.04	0.00	18.49	34.14	16.18	0.74	225.32	1.32	0.36	0.01	
1057	Борщ из свежей капусты со сметаной с филе птицей	200/ 12/5	6.25	7.34	14.32	134.07	0.05	0.04	11.36	0.25	2.40	0.00	39.65	53.98	26.04	1.18	174.90	5.58	0.50	0.01	
312	Пюре картофельное	180	19.44	5.68	23.70	162.77	0.17	0.13	6.23	0.18	0.22	0.11	44.37	98.13	33.30	1.18	694.44	10.13	1.22	0.01	
234	Котлеты рыбные со сметано- томатным соусом	50/50	7.32	5.83	12.04	196.45	0.06	0.03	1.12	0.05	2.61	0.04	32.83	98.13	8.13	0.51	41.17	1.62	1.45	0.00	
348	Компот из чернослива	180	0.31	0.00	21.28	83.53	0.00	0.01	0.40	0.00	0.24	0.00	10.70	11.10	13.64	0.40	115.55	0.07	0.04	0.00	

Согласовано

Школьная столовая

Директор



Утверждаю

ЦХО и КП»

ИО директор

В.Н. Андреев

Меню

День: 4

Неделя:

Сезон: Летний

Возрастная группа:

Завтрак

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углево- ды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мгк) (мкг)	Se (мкг)	F	
182	Каша вязкая манная с маслом	200/5	7.86	7.76	43.69	273.86	0.10	0.16	1.26	0.05	0.79	0.15	126.10	128.88	22.04	0.59	317.42	8.71	15.98	0.02	
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100	17.53	13.43	27.24	300.12	0.06	0.32	0.43	0.06	1.73	0.06	218.29	261.51	28.44	0.63	137.54	8.55	30.25	0.03	
348	Компот из изюма	200	0.36	0.00	28.06	108.83	0.04	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05	

Обед

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции и г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углев оды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мг к)	Se (мкг)	F	
982	Хлеб Цивильный	30	2.04	0.36	13.47	65.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
67	Винегрет Овощной	100	3.45	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00	
96	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом филе птицы	250/12/ 5	11.75	7.57	17.38	156.67	0.10	0.06	8.06	0.29	2.39	0.00	23.38	74.12	26.57	0.97	346.32	4.80	2.20	0.01	
304	Рис отварной	180	4.42	6.51	43.09	233.25	0.03	0.03	0.00	0.03	0.34	0.12	3.14	74.36	23.00	0.63	51.11	10.91	9.87	0.00	
294	Котлеты рубленные из филе птицы с соусом	50/50	7.37	6.99	13.16	139.81	0.03	0.02	1.14	0.03	11.58	0.00	12.94	15.97	7.25	0.43	31.08	1.47	0.81	0.00	
377	Чай с лимоном	180	0.14	0.03	13.68	53.24	0.00	0.00	2.52	0.00	0.01	0.00	2.52	1.39	0.76	0.04	10.27	0.0			

Согласовано

Школьная столовая

Директор



День: 5

Неделя:

Сезон: Летний

Возрастная группа:

Утверждаю

МАУ «ЦХО и КП»



ИО директора

/ В.Н. Андреев

Меню

Завтрак

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углево- ды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se (мкг)	F	
174	Каша молочная рисовая	200/5	6.06	6.75	39.09	239.58	0.06	0.14	1.30	0.04	0.23	0.13	123.48	155.94	35.64	0.54	180.63	9.62	8.69	0.02	
1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	3.12	7.57	19.58	161.40	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.60	0.46	1.50	1.28	2.50	0.00	
1038	Вафли в пром упаковке	50	2.85	13.00	31.00	256.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0.57	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00								

Обед

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции и г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углев оды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мг к)	Se (мкг)	F	
982	Хлеб Цивильный	30	2.04	0.36	13.47	65.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
71	Огурцы свежие порциями	100	0.80	1.00	2.60	14.00	0.03	0.04	10.00	0.01	0.10	0.00	23.00	42.00	14.00	0.60	196.00	0.00	0.30	0.00	
103	Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы	250/12	12.95	4.80	21.45	150.00	0.11	0.06	16.54	0.29	1.41	0.00	18.26	64.69	25.11	1.01	356.55	4.75	0.36	0.01	
304	Рис отварной	180	4.42	6.51	43.09	233.25	0.03	0.03	0.00	0.03	0.34										

Согласовано

Школьная столовая



Директор

Дельб
Недолан

Сезон: Летний

Возрастная группа:

Утверждаю

МАОУ «ЦХО и КП»



ИО директор

В.Н. Андреев

Меню

Завтрак

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углево- ды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se (мкг)	F	
173	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	200/5	7.84	12.57	32.84	272.39	0.18	0.16	1.30	0.06	0.80	0.20	143.83	234.95	70.05	1.69	147.50	10.94	14.82	0.02	
3	Бутерброд с сыром	30/15	5.73	3.83	14.58	125.40	0.04	0.05	0.10	0.04	0.10	0.14	138.00	94.50	9.45	0.48	13.20	0.96	3.97	0.00	
1039	Печенье в пром упаковке	100/50	7.50	9.80	74.40	417.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
597	Чай с фруктовым соком	200	0.22	0.03	11.95	52.33	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00								

Обед

№ реп	Наименование блюда	Вес порции и г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углев оды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мг к)	Se (мкг)	F	
982	Хлеб Цивильный	30	2.04	0.36	13.47	65.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
45	Салат из белокочанной капусты	100	1.17	6.43	3.46	73.77	0.04	0.04	25.05	0.01	2.88	0.00	27.87	31.74	15.34	0.64	243.10	1.52	0.31	0.01	
102	Суп картофельный с горохом с филе птицы	250/12	12.41	6.96	20.06	172.08	0.23	0.06	11.70	0.26	2.43	0.00	31.05	86.45	35.15	2.02	235.10	4.36	2.88	0.01	
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.50	7.21	51.57	318.61	0.26	0.14	0.00												







Согласовано

Школьная столовая

Директор

Утверждаю

«ЦХО и КП»

ИО директора

В.Н. Андреев

Меню

День: 10

Неделя:

Сезон: Летний

Возрастная группа:

Завтрак

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции г.	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углево- ды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se (мкг)	F	
698	Яблоки свежие порциями	100	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00	
173	Каша молочная пшеница со слив. маслом	200/5	8.74	11.50	43.93	311.79	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02	
1	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.36	7.49	14.72	137.60	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00	
342	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00	

Обед

№ реп.	Наименование блюда	Вес порции и г.	Пищевые в-ва, г.			Энерг. ценност ь, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
			Белки	Жиры	Углев оды		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мг к)	Se (мкг)	F	
982	Хлеб Цивильный	30	2.04	0.36	13.47	65.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
1034	Салат из белокочанной капусты с огурцами и помидорами	100	1.17	6.43	3.46	73.77	0.04	0.04	25.05	0.01	2.88	0.00	27.87	31.74	15.34	0.64	243.10	1.52	0.31	0.01	
103	Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы	250/12	12.95	4.80	21.45	150.00	0.11	0.06	16.54	0.29	1.41	0.00	18.26	64.69	25.11	1.01	356.55	4.75	0.36	0.01	
259	Жаркое по- домашнему из филе птицы	200	23.81	15.42	24.99	271.11	0.11	0.08	8.51	0.14	3.29	0.00	16.09	76.44	30.81	1.28	527.52	6.36	0.54	0.00	
377	Чай с лимоном	200	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54</							