

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ №78

С.А. Федорова


Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков
 В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: понедельник
 Неделя: первая
 Возрастная категория: с 1 по 4 класс
 Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
175/15/22	Каша дружба (рис/пшено) молочная	200/10	6,08	11,18	33,48	260,00	0,97	0,01	0,14	54,80	133,38	37,22	0,82	156,72	16,57	8,61
294/15/22	Котлеты рубленные из филе куриного	50	8,89	10,68	10,36	173,00	0,49	0,10	0,09	26,90	37,70	13,77	0,91	40,00	0,00	0,00
382/15	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,19	24,40	152,22	21,34	0,48	124,56	13,00	2,80
.772/04/22	Булочка обсыпная с маком	60	4,86	1,86	31,56	165,00	0,00	0,06	0,05	11,44	5,12	5,45	11,88	53,44	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	520	23,91	27,26	92,98	716,60	3,05	0,23	0,47	117,54	328,42	77,78	14,09	374,72	29,57	11,41
	ОБЕД															
47/15/22	Салат из квашеной капусты с яйцом	80/20	3,98	6,36	37,44	104,14	9,46	0,03	0,08	34,13	46,74	14,72	1,02	52,38	2,46	4,39
103/15	Суп картоф. с макар. изделиями и мясом	250/12,5	7,85	6,20	17,46	169,05	8,25	0,12	0,08	0,00	35,20	33,48	1,43	91,08	4,20	0,13
3045/15	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	0,00	0,02	0,02	0,00	2,42	19,01	0,51	60,60	3,15	0,00
278С/15/22	Тефтели мясные в соусе	60/30	5,83	10,20	6,72	136,07	0,06	0,12	0,09	209,40	23,24	23,40	0,83	92,70	4,55	1,48
388/15	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,27	20,76	88,20	100,00	0,01	0,06	0,00	21,34	3,44	0,63	3,44	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	852,5	25,46	29,66	143,02	818,11	117,77	0,38	0,39	274,03	139,48	108,58	5,14	360,70	14,36	6,00

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

Ирина Петровна



Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков

В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: вторник
Неделя: первая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
15/15/22	Сыр порционнo	15	3,95	3,99	0,00	51,50	0,11	0,02	0,06	35,70	150,00	8,25	0,11	90,00	0,00	2,19
312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	0,00	36,98	27,75	1,01	86,60	8,55	0,45
528/96	Соус красный основной	30	0,33	1,86	0,60	14,40	0,05	0,01	0,01	50,20	1,74	2,74	0,25	5,80	0,50	0,30
324/96/22	Котлеты рыбные из минтая	50	6,46	4,10	7,92	95,00	0,33	0,05	0,08	21,70	35,94	20,75	0,73	92,90	67,71	9,40
378/15	Чай с молоком и сахаром	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33	0,00	0,04	2,20	126,60	15,40	0,41	36,60	0,00	0,00
430/15	Булочка "Российская"	60	4,22	4,81	29,22	177,00	0,01	0,06	0,02	0,00	16,40	15,10	0,74	39,04	1,92	3,60
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	520	19,54	20,91	74,08	556,15	19,99	0,28	0,32	109,80	367,66	89,99	3,25	350,94	78,68	15,94
	ОБЕД															
.23/08/22	Салат "Румянец"	80	1,28	10,56	4,24	116,80	0,78	0,02	0,03	0,00	8,78	4,23	0,25	31,60	0,00	0,31
99/15	Суп из овощей с окорочком	250/12,5	8,87	7,77	9,20	149,70	10,38	0,08	0,07	7,13	42,89	26,35	1,34	60,10	4,46	0,23
312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	0,00	36,98	27,75	1,01	86,60	8,55	0,45
528/96	Соус красный основной	30	0,33	1,86	0,60	14,40	0,05	0,01	0,01	50,20	1,74	2,74	0,25	5,80	0,50	0,30
324/96/22	Котлеты рыбные из минтая	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,59	0,09	0,14	39,06	64,69	37,35	1,31	167,22	121,88	16,92
342/15	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,90	0,01	0,01	0,00	14,18	5,14	0,95	4,40	0,24	0,04
405/15	Хлебная булочка	60	4,18	2,80	28,79	144,84	0,00	0,10	0,07	36,60	12,64	17,44	0,86	72,60	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	872,5	29,51	35,33	105,41	848,59	30,86	0,45	0,44	132,99	181,90	121,00	5,97	428,32	135,63	18,25

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

С.С. Редникова ИА



Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков

В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: среда
Неделя: первая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
223/15/22	Запеканка из творога с повидлом	100/20	17,66	12,08	30,00	296,80	0,38	0,06	0,23	88,70	151,30	24,98	1,10	172,20	9,34	21,78
303/15	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	0,00	0,10	0,04	0,00	8,45	72,03	2,42	76,20	0,00	0,00
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	55	3,83	2,56	26,37	132,77	0,00	0,09	0,07	33,55	11,59	15,98	0,79	66,55	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	540	26,14	19,67	91,89	635,57	0,41	0,25	0,34	122,25	182,44	114,39	4,59	317,75	9,34	21,78
	ОБЕД															
67/15	Винегрет овощной (квашеная капуста)	60	0,84	6,02	4,37	75,00	5,78	0,03	0,00	0,00	18,74	11,72	0,50	25,90	1,68	0,00
113/15/22	Суп лапша домашняя с мясом	250/12,5	7,73	8,90	11,62	166,55	0,50	0,04	2,08	10,00	34,55	16,88	0,95	65,91	2,10	2,82
199/15/22	Гороховое пюре	150	13,16	5,00	33,83	231,65	0,00	0,41	0,08	9,00	91,03	59,64	4,53	103,50	0,00	0,00
294/15/22	Котлеты рубленые из филе куриного	90	16,00	19,22	18,64	311,40	0,88	0,05	0,07	68,20	67,86	24,78	1,64	137,81	1,62	2,36
528/96	Соус красный основной	25	0,28	1,55	0,50	12,00	0,04	0,01	0,01	41,84	1,45	2,29	0,21	4,84	0,42	0,25
348/15/22	Компот из чернослива	200	0,26	0,08	18,36	76,53	0,35	0,01	0,04	3,60	15,80	13,24	0,35	29,20	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	837,5	41,75	43,10	111,29	993,83	7,55	0,63	2,34	163,14	239,97	143,08	8,90	427,66	5,82	5,43

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

Ирина Владимировна Чуричкова

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"



В.С.Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: четверг
Неделя: первая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
210/15/22	Омлет натуральный	60	4,71	9,00	1,46	109,80	0,10	0,04	0,24	180,00	40,37	6,35	0,88	116,74	12,12	0,30
173/15/22	Каша пшеничная молочная	200/10	8,64	11,06	44,32	315,00	0,96	0,13	0,16	52,30	146,77	44,33	2,34	211,20	7,60	1,69
379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	1,30	0,04	0,16	20,00	125,78	14,00	0,13	90,00	0,00	0,00
416/15/22	Рулетик с маком	75	4,30	7,90	24,50	186,00	0,12	0,08	0,04	7,50	83,39	24,98	0,88	60,00	1,20	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	545	20,82	30,64	86,23	711,40	2,48	0,29	0,60	259,80	396,31	89,66	4,23	477,94	20,92	1,99
	ОБЕД															
37/15/22	Салат "Деревенский"	75	1,03	5,95	6,39	83,12	5,39	0,04	0,02	1,00	18,54	14,59	0,53	26,63	2,67	0,10
96/15	Рассольник ленинградский с окорочком	250/12,5	9,30	7,87	12,03	161,70	8,36	0,10	0,08	7,13	31,79	29,78	1,49	77,41	2,89	4,70
204/15/22	Макаронны отварные с сыром	150/5	5,92	5,23	24,60	206,15	0,04	0,08	0,11	85,90	51,51	9,75	3,25	108,00	0,00	0,00
271С/15/22	Котлета мясная домашняя	90	14,37	16,34	8,59	233,52	0,13	0,19	0,12	3,40	15,32	18,76	1,85	144,60	1,53	16,19
348/15/22	Компот из изюма	200	0,35	0,07	29,85	122,20	0,00	0,02	0,01	0,00	20,32	8,12	0,45	19,36	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	832,5	34,45	37,79	105,43	927,39	13,92	0,51	0,40	127,93	148,02	95,53	8,29	436,50	7,09	20,99

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

С.С. Черникова ит

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"



В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО " Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: пятница
Неделя: первая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
173/15/22	Каша пшённая молочная	200/20	9,05	11,59	46,43	327,00	1,00	0,15	0,21	56,64	153,76	46,44	2,45	185,80	3,81	2,80
271С/15/22	Котлета мясная домашняя	50	8,02	8,81	4,77	127,48	0,07	0,11	0,07	1,89	8,51	10,42	1,03	80,33	0,85	8,99
342/15	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,90	0,01	0,01	0,00	14,18	5,14	0,95	4,40	0,24	0,04
405/15	Хлебная булочка	30	2,09	1,40	14,38	72,42	0,00	0,05	0,04	18,30	6,32	8,72	0,43	36,30	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	500	19,32	21,96	93,46	641,50	1,97	0,32	0,33	76,83	182,77	70,72	4,86	306,83	4,90	11,83
	ОБЕД															
40/15/22	Салат "Зимний" с растительным маслом	60	1,62	6,00	4,50	78,60	0,54	0,05	0,06	11,88	13,68	4,07	0,35	39,14	2,18	3,54
102/15	Суп картоф. с бобовыми	250	5,49	5,27	16,54	148,25	5,83	0,23	0,07	0,00	42,68	35,58	2,05	88,10	1,83	2,18
303/15	Каша пшённая вязкая	150	4,18	5,01	23,94	157,50	0,00	0,09	0,02	40,08	10,97	29,90	0,98	68,95	0,75	0,74
744/22	Гуляш из филе куриного	50/50	24,10	11,30	11,20	245,00	0,97	0,08	0,08	243,80	47,30	42,51	1,73	160,90	1,03	0,01
344/15/22	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,12	0,10	27,50	112,00	2,07	0,01	0,01	12,50	16,21	7,51	0,89	6,00	0,58	0,09
405/15	Хлебная булочка	40	2,78	1,86	19,18	96,56	0,00	0,06	0,05	24,40	8,43	11,62	0,58	48,40	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	800	38,29	29,54	102,86	837,91	9,41	0,52	0,29	332,66	139,27	131,19	6,58	411,49	6,37	6,56

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

С.И. Пермилова И.А.



Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков

В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
15/15/22	Сыр порционно	20	5,26	5,32	0,00	68,60	0,14	0,01	0,08	47,60	200,00	11,00	0,14	120,00	0,00	2,91
174/15/22	Каша рисовая молочная	200/20	6,00	10,85	52,93	334,00	0,96	0,06	0,15	54,80	130,97	36,46	0,53	157,44	18,94	9,83
377/15	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83	0,01	0,02	2,00	14,20	2,40	0,36	17,20	0,00	0,00
687/96/22	Пирожки печеные со свеж.капустой и яйцом	55	4,04	1,56	20,02	107,80	0,50	0,08	0,10	37,11	13,94	13,79	0,65	63,29	4,35	5,51
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	517	15,43	17,75	88,15	572,40	4,43	0,16	0,35	141,51	359,11	63,65	1,68	357,93	23,29	18,25
	ОБЕД															
54/15/22	Салат из свеклы с яблоками	75	0,82	4,56	8,41	77,93	4,83	0,02	0,02	0,00	21,95	12,62	1,11	23,86	2,57	0,00
109/04	Пуштые шyd	250	3,61	3,98	16,94	129,70	12,00	0,09	0,06	129,07	35,95	32,60	1,45	115,52	4,46	0,27
205/15/22	Каша перловая с овощами	150	12,54	9,35	30,60	256,65	2,25	0,04	0,02	176,90	94,59	71,69	4,47	121,10	1,11	0,01
401/96	Гуляш из свинины	50/50	15,51	11,10	3,50	202,40	0,90	0,28	0,09	0,00	16,00	14,00	0,90	128,62	2,28	0,13
346/15	Компот из апельсинов	200	0,45	0,10	33,99	141,20	12,00	0,02	0,02	20,00	23,02	7,63	0,24	13,40	1,20	0,00
405/15	Хлебная булочка	60	4,18	2,80	28,79	144,84	0,00	0,10	0,07	36,60	12,64	17,44	0,86	72,60	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	835	37,11	31,89	122,23	952,72	31,98	0,55	0,28	362,57	204,15	155,98	9,03	475,10	11,62	0,41

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

С.А. Каримова И.А.



Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков

В.С. Чуричков



МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: вторник
Неделя: вторая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
222/15/22	Пудинг творожно-манный со сг.мол	70/5	7,98	5,82	14,89	143,80	0,16	0,05	0,28	210,00	80,96	13,79	0,54	136,20	14,14	0,35
173/15/22	Каша пшеничная молочная	200/10	8,64	11,06	44,32	315,00	0,96	0,14	0,17	54,80	146,77	44,33	2,34	221,30	7,96	1,77
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
90/86/22	Кекс "Майский"	50	3,45	5,35	29,85	181,33	0,11	0,14	0,15	3,67	12,07	6,13	0,64	31,33	0,45	1,67
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	550	20,14	22,25	104,06	700,13	1,26	0,33	0,60	268,47	250,90	65,65	3,80	391,63	22,55	3,79
	ОБЕД															
47/15/22	Салат из квашеной капусты	60	1,08	3,04	27,97	54,55	7,09	0,00	0,05	27,20	26,80	9,24	0,39	41,90	1,97	3,51
88/15	Щи из свежей капусты, карт. и окорочком	200/10	7,23	6,18	6,36	115,36	12,62	0,06	0,06	5,70	45,83	22,18	1,11	55,74	2,34	0,29
312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	0,00	36,98	27,75	1,01	86,60	8,55	0,45
268С/15/22	Шницель	90	13,49	13,42	11,77	224,79	0,00	0,23	0,12	0,00	8,72	28,20	2,08	115,60	5,25	0,00
348/15	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,60	0,02	0,03	0,00	32,32	17,56	0,48	21,90	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	30	2,09	1,40	14,38	72,42	0,00	0,05	0,04	18,30	6,32	8,72	0,43	36,30	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	740	27,73	28,88	108,55	719,17	38,47	0,50	0,41	51,20	156,97	113,65	5,50	358,04	18,11	4,25

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78



Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

 В.С.Чуричков

МЕНЮ

ООО " Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: среда
Неделя: вторая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
174/15/22	Каша ячневая молочная	200/10	7,31	10,98	39,20	286,00	0,96	0,11	0,10	24,82	162,04	36,46	0,94	221,17	4,01	0,45
295/15/22	Котлеты рубленые из окорочков	45	14,37	9,54	6,93	169,64	0,00	0,05	0,01	21,33	18,60	17,27	1,95	35,96	0,40	1,21
382/15	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,19	24,40	152,22	21,34	0,48	124,56	13,00	2,80
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	505	29,24	26,39	87,68	694,94	2,55	0,30	0,36	101,05	343,40	89,60	4,09	442,19	17,41	4,46
	ОБЕД															
37/22	Салат из крабовых палочек с кукурузой	60	2,70	9,30	7,44	125,40	11,47	0,02	0,07	35,30	29,82	17,53	0,65	40,60	2,83	5,45
82/15	Борщ с капустой, картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,80	10,68	0,05	0,05	0,00	49,73	26,13	1,23	54,60	6,18	1,03
203/15/22	Макароны отварные	150	4,60	3,90	24,60	189,00	0,00	0,07	0,02	0,00	1,51	7,00	3,21	46,20	0,96	0,00
528/96	Соус красный основной	30	0,33	1,86	0,60	14,40	0,05	0,01	0,01	50,20	1,74	2,74	0,25	5,80	0,50	0,30
295Ш/15/2	Котлеты из филе окорочков (шаурма)	90	28,73	19,07	13,86	339,27	0,00	0,10	0,02	42,66	37,20	34,54	3,90	71,92	0,80	2,42
348/15/22	Компот из изюма	200	0,35	0,07	29,85	122,20	0,00	0,02	0,01	0,00	20,32	8,12	0,45	19,36	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	830	41,99	41,46	111,26	1014,77	22,20	0,35	0,24	158,66	150,86	110,59	10,41	298,98	11,27	9,20

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

Людмила Сергеевна



Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: четверг
Неделя: вторая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	Р	І, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
710/15/22	Овощи натуральные свежие(огурцы)	25	0,18	0,03	0,48	3,00	1,23	0,01	0,01	0,00	4,25	3,50	0,13	7,50	3,00	0,30
303/15	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	0,00	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	2,42	108,87	0,00	0,00
528/96	Соус красный основной	25	0,28	1,55	0,50	12,00	0,04	0,01	0,01	41,84	1,45	2,29	0,21	4,84	0,42	0,25
65С/08/22	Бифштекс мясной рубленый "Школьник"	50	10,15	12,49	1,50	139,73	0,84	0,04	0,09	7,50	14,39	29*,02	2,85	75,50	0,00	0,00
156/08/22	Напиток из лимонов	200	0,10	0,00	24,20	93,00	2,92	0,01	0,00	0,40	9,28	2,88	0,08	4,00	0,02	0,07
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	500	18,77	21,41	71,17	514,43	5,03	0,27	0,23	80,24	48,36	95,23	6,41	261,21	3,44	0,62
	ОБЕД															
67/15	Винегрет овощной (соленые огурцы)	60	0,83	6,01	3,93	73,20	5,78	0,03	0,02	140,70	18,74	11,72	0,50	25,50	2,03	0,05
108/15	Суп картофельный с клецками и окорок	250/12,5	10,84	7,37	18,84	198,70	5,75	0,12	0,10	28,18	41,44	30,95	1,74	92,91	5,73	5,52
303/15	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	0,00	0,12	0,06	0,00	8,45	72,03	2,42	108,87	0,00	0,00
294/15/22	Котлеты рубленые из филе куриного	90	16,00	19,22	18,64	311,40	0,88	0,05	0,07	68,20	67,86	24,78	1,64	137,81	1,62	2,36
156/08/22	Напиток из лимонов	200	0,10	0,00	24,20	93,00	2,92	0,01	0,00	0,40	9,28	2,88	0,08	4,00	0,02	0,07
405/15	Хлебная булочка	55	3,83	2,56	26,37	132,77	0,00	0,09	0,07	33,55	11,59	15,98	0,79	66,55	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	817,5	36,18	40,17	112,50	955,07	15,33	0,42	0,32	271,03	157,36	158,34	7,17	435,64	9,40	8,00

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №78

С.А. Герасимова



Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

В.С. Чуричков В.С. Чуричков

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №78

День: пятница
Неделя: вторая
Возрастная категория: с 1 по 4 класс
Весенне-летнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
15/15/22	Сыр порционный	10	2,63	2,66	0,00	34,30	0,07	0,01	0,04	23,80	100,00	5,50	0,07	60,00	0,00	1,46
181/15/22	Каша манная молочная	200/15	6,07	8,04	28,38	218,00	1,17	0,08	0,17	56,68	132,57	20,30	0,46	115,50	8,96	1,99
379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	1,30	0,04	0,16	20,00	125,78	14,00	0,13	90,00	0,00	0,00
.6/22	Плюшка "Московская"	80	7,25	7,46	50,30	298,74	0,75	0,12	0,05	0,00	35,05	14,30	0,85	68,80	2,40	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	520	19,12	20,84	94,63	651,64	3,29	0,25	0,42	100,48	393,40	54,10	1,51	334,30	11,36	3,45
	ОБЕД															
52/15	Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	55,68	3,99	0,02	0,03	1,50	21,28	12,42	0,79	31,70	5,17	0,00
157/04/22	Суп Солянка сборная	200	7,49	6,96	28,32	223,20	3,33	0,06	0,14	19,04	28,75	74,00	2,65	73,44	0,96	1,72
216/04/22	Картофель тушеный	150	3,15	9,60	27,75	181,50	17,99	0,12	0,08	488,90	33,20	28,67	1,22	70,50	5,76	0,32
234С/15/22	Биточки мясные "Ёжик" в соусе	60/30	9,64	13,43	4,92	173,53	0,05	0,03	0,06	184,40	2,20	3,36	1,37	155,24	1,60	19,70
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	765	24,67	35,95	104,92	814,61	25,39	0,31	0,37	724,34	107,07	134,38	7,03	394,18	13,49	21,74