



Согласовано:  
Директор МОУ Константиновской СШ  
Чепурна Е.П.

Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
Архиповский М.В.



# Меню

От 13 мая 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

|   | Завтрак                            | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы    | Ккал         | Сборник рецептов |
|---|------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|------------------|
| 1 | Каша жидкая молочная рисовая       | 200        | 23-23        | 5,3          | 5,4          | 28,7        | 184,5        | 54-25.1к         |
| 2 | Сыр твердых сортов в нарезке       | 15         | 10-48        | 3,5          | 4,4          | 0           | 53,7         | 54-1з            |
| 3 | Масло сливочное                    | 10         | 10-32        | 0,1          | 7,2          | 0,1         | 66,1         | 53-19з           |
| 4 | Напиток витаминизированный Витошка | 200        | 9-60         | 0            | 0            | 6           | 4            | пром             |
| 5 | Фрукты свежие                      | 100        | 19-87        | 0,8          | 5,5          | 4,3         | 67,1         | 338/2011         |
| 6 | Батон обогащенный микронутриентами | 50         | 1-50         | 3,75         | 1,45         | 25,7        | 131          | пром             |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>        | <b>575</b> | <b>75-00</b> | <b>13,45</b> | <b>23,95</b> | <b>64,8</b> | <b>506,4</b> |                  |

|   | Обед                                     | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Ккал          | Сборник рецептов  |
|---|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------------|
| 1 | Салат из моркови и яблок                 | 100        | 7-49         | 0,6          | 6,5          | 4,6           | 79,1          | 54-11з            |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250        | 10-93        | 4,8          | 5,08         | 10,3          | 113,1         | 54-2с             |
| 3 | Котлета из курицы, соус красный основной | 85/20      | 40-19        | 16,5         | 4,07         | 12,43         | 154,6         | 54-5м<br>54-3соус |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая               | 180        | 12-67        | 8,46         | 6,42         | 36,72         | 238,3         | 54-4г             |
| 5 | Чай с сахаром                            | 200        | 1-62         | 0,2          | 0            | 6,5           | 26,8          | 54-2гнг           |
| 6 | Хлеб ржаной                              | 30         | 1-00         | 2            | 0,4          | 10            | 51,2          | пром              |
| 7 | Хлеб пшеничный                           | 60         | 1-10         | 3,6          | 0,5          | 29,5          | 140,6         | пром              |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>              | <b>925</b> | <b>75-00</b> | <b>36,46</b> | <b>22,97</b> | <b>123,35</b> | <b>857,9</b>  |                   |
|   | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                    |            |              | <b>49,91</b> | <b>46,92</b> | <b>188,15</b> | <b>1364,3</b> |                   |

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:  
Директор МОУ Константиновской СШ  
Чепурна Е.П.



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
Архиповский М.В.

## Меню


От 14 мая 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

|   | Завтрак                     | Выход      | Цена         | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Ккал         | Сборник рецептов |
|---|-----------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------------|
| 1 | Запеканка из творога        | 200        | 48-00        | 30,6        | 11,05       | 22,42        | 311,2        | 54-1г            |
| 2 | Молоко сгущенное            | 50         | 7-70         | 3,6         | 4,25        | 27,75        | 164          | пром             |
| 3 | Чай без сахара              | 200        | 0-72         | 0,2         | 0           | 0,1          | 1,4          | 54-1г            |
| 4 | Фрукты свежие               | 100        | 18-58        | 0,5         | 0,5         | 21           | 51           | 338/2011         |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b> | <b>550</b> | <b>75-00</b> | <b>34,9</b> | <b>15,8</b> | <b>71,27</b> | <b>527,6</b> |                  |

|   | Обед                           | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Ккал          | Сборник рецептов |
|---|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------|
| 1 | Овощи свежие в нарезке(огурец) | 100        | 8-23         | 0,7          | 0,14         | 2,1           | 11,9          | 54-2з            |
| 2 | Бульон куриный с гренками      | 250        | 7-54         | 12           | 8,9          | 20            | 207,8         | 584с/2012        |
| 3 | Биточек из говядины            | 100        | 46-51        | 17,32        | 16,6         | 15,7          | 279,9         | 54-6м            |
| 4 | Макароны отварные              | 180        | 9-04         | 5,5          | 4,9          | 33,4          | 200,7         | 54-1г            |
| 5 | Чай с сахаром                  | 200        | 1-62         | 0,2          | 0            | 6,5           | 26,8          | 54-2гн           |
| 6 | Хлеб ржаной                    | 30         | 1-00         | 2            | 0,4          | 10            | 51,2          | пром             |
| 7 | Хлеб пшеничный                 | 60         | 1-06         | 3,6          | 0,5          | 29,5          | 140,6         | пром             |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>    | <b>920</b> | <b>75-00</b> | <b>41,32</b> | <b>31,44</b> | <b>117,2</b>  | <b>918,9</b>  |                  |
|   | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>          |            |              | <b>76,22</b> | <b>47,24</b> | <b>188,47</b> | <b>1446,5</b> |                  |

Зав.производством

 Кавина И.П.





Согласовано:

Директор МОУ Константиновской СШ

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



# Меню

От 15 мая 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

|   | Завтрак                            | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Ккал          | Сборник рецептур |
|---|------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------|
| 1 | Рис отварной                       | 150        | 14-84        | 3,7          | 4,8          | 36,5         | 203,5         | 54-6г            |
| 2 | Гуляш из свинины                   | 90         | 37-14        | 16,2         | 12,83        | 4,08         | 194,91        | 277/2012         |
| 3 | Батон обогащенный микронутриентами | 50         | 1-50         | 3,75         | 1,45         | 25,7         | 131           | пром             |
| 4 | Чай с сахаром                      | 200        | 1-62         | 0,2          | 0            | 6,5          | 26,8          | 54-2гн           |
| 5 | Фрукты свежие (мандарин)           | 100        | 19-90        | 1,1          | 0,3          | 10,5         | 49            | пром             |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>        | <b>590</b> | <b>75-00</b> | <b>25,05</b> | <b>19,38</b> | <b>83,48</b> | <b>606,31</b> |                  |

|   | Обед                             | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Ккал           | Сборник рецептур |
|---|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------------|
| 1 | Овощи свежие в нарезке(помидор)  | 100        | 14-10        | 0,75         | 0,1          | 2,45          | 13,65          | 54-3з            |
| 2 | Суп картофельный с рыбой(минтай) | 250        | 14-79        | 8,58         | 2,7          | 14,9          | 118,2          | 54-20с           |
| 3 | Жаркое по-домашнему из курицы    | 250        | 40-11        | 25,4         | 6,4          | 18,04         | 231,3          | 54-28м           |
| 4 | Чай с сахаром и лимоном          | 200        | 3-90         | 0,3          | 0            | 6,7           | 27,9           | 54-3гн           |
| 5 | Хлеб ржаной                      | 30         | 1-00         | 2            | 0,4          | 10            | 51,2           | пром             |
| 6 | Хлеб пшеничный                   | 60         | 1-10         | 3,6          | 0,5          | 29,5          | 140,6          | пром             |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>      | <b>890</b> | <b>75-00</b> | <b>40,63</b> | <b>10,1</b>  | <b>81,59</b>  | <b>582,85</b>  |                  |
|   | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>            |            |              | <b>65,68</b> | <b>29,48</b> | <b>165,07</b> | <b>1189,16</b> |                  |

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор МОУ Константиновской СШ

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



# Меню

От 16 мая 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

|   | Завтрак                     | Выход      | Цена         | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Ккал         | Сборник рецептов |
|---|-----------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------------|
| 1 | Блины с джемом              | 180/20     | 28-82        | 12,03       | 10,8        | 74,35        | 442,6        | 267/2011         |
| 2 | Йогурт фруктовый            | 125        | 24-14        | 3,5         | 10,1        | 17,3         | 112,5        | пром             |
| 3 | Чай без сахара              | 200        | 0-72         | 0,2         | 0           | 0,1          | 1,4          | 54-1г            |
| 4 | Фрукты свежие (банан)       | 100        | 21-32        | 2,3         | 0           | 33,6         | 143,4        | пром             |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b> | <b>595</b> | <b>75-00</b> | <b>17,8</b> | <b>20,7</b> | <b>123,9</b> | <b>691,3</b> |                  |

|   | Обед                                     | Выход      | Цена         | Белки       | Жиры         | Углеводы     | Ккал          | Сборник рецептов   |
|---|--|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| 1 | Салат из свеклы отварной                 | 100        | 6-25         | 0,85        | 2,88         | 4,9          | 48,6          | 54-13з             |
| 2 | Суп овощной                              | 250        | 8-34         | 1,45        | 3,8          | 8,3          | 73            | 54-17с             |
| 3 | Биточек из курицы, соус красный основной | 85/20      | 40-19        | 16,5        | 4,07         | 13,2         | 154,7         | 54-23м<br>54-3соус |
| 4 | Картофельное пюре                        | 150        | 16-50        | 3,2         | 5,2          | 19,78        | 139,4         | 54-11г             |
| 5 | Чай с сахаром                            | 200        | 1-62         | 0,2         | 0            | 6,5          | 26,8          | 54-2гн             |
| 6 | Хлеб ржаной                              | 30         | 1-00         | 2           | 0,4          | 10           | 51,2          | пром               |
| 7 | Хлеб пшеничный                           | 60         | 1-10         | 3,6         | 0,5          | 29,5         | 140,6         | пром               |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>              | <b>925</b> | <b>75-00</b> | <b>33,2</b> | <b>17,95</b> | <b>121,7</b> | <b>782,8</b>  |                    |
|   | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                    |            |              | <b>51</b>   | <b>38,65</b> | <b>245,6</b> | <b>1474,1</b> |                    |

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор МОУ Константиновской СШ



Непурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель



Архиповский М.В.

## Меню

От 17 мая 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

|   | Завтрак                            | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Ккал          | Сборник рецептур |
|---|------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------|
| 1 | Макароны отварные                  | 150        | 9-04         | 5,4          | 4,9          | 32,8         | 196,8         | 54-1г            |
| 2 | Биточек из курицы                  | 90         | 32-55        | 14,4         | 3,2          | 10,1         | 126,4         | 54-23м           |
| 3 | Масло сливочное                    | 10         | 10-32        | 0,1          | 7,2          | 0,1          | 66,1          | 53-19э           |
| 4 | Чай с сахаром и лимоном            | 200        | 3-90         | 0,3          | 0            | 6,7          | 27,9          | 54-3гн           |
| 5 | Фрукты свежие                      | 100        | 18-09        | 0,5          | 0,5          | 21           | 51            | 338/2011         |
| 6 | Батон обогащенный микронутриентами | 50         | 1-10         | 3,75         | 1,45         | 25,7         | 131           | пром             |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>        | <b>600</b> | <b>75-00</b> | <b>27,33</b> | <b>17,89</b> | <b>98,42</b> | <b>624,48</b> |                  |

|   | Обед                                | Выход      | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Ккал           | Сборник рецептур |
|---|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------------|
| 1 | Кукуруза сахарная                   | 60         | 9-16         | 1,2          | 0,2          | 6,1           | 31,3           | 54-21з           |
| 2 | Бульон куриный с гренками           | 250        | 7-54         | 12           | 8,9          | 20            | 207,8          | 584с/2012        |
| 3 | Котлета рыбная любительская(минтай) | 100        | 30-34        | 14,2         | 2,6          | 8,6           | 114,2          | 54-3р            |
| 4 | Картофельное пюре                   | 180        | 16-50        | 3,2          | 5,3          | 20,1          | 142,1          | 54-11г           |
| 5 | Напиток витаминизированный Витошка  | 200        | 9-60         | 0            | 0            | 6             | 4              | пром             |
| 6 | Хлеб ржаной                         | 30         | 0-76         | 2            | 0,4          | 10            | 51,2           | пром             |
| 7 | Хлеб пшеничный                      | 60         | 1-10         | 3,6          | 0,5          | 29,5          | 140,6          | пром             |
|   | <b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>         | <b>880</b> | <b>75-00</b> | <b>36,2</b>  | <b>17,9</b>  | <b>100,3</b>  | <b>691,2</b>   |                  |
|   | <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>               |            |              | <b>63,53</b> | <b>35,79</b> | <b>198,72</b> | <b>1315,68</b> |                  |

Зав.производством

Кавина И.П.