

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор  
ООО "Гарант-Питание"

Савенкова Н.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ № 57  
Кремер Е.О.



МЕНЮ

На

*22.09*

Дети 7-11 лет

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда                                            | Масса<br>порции (г) | Пищевые вещества (г) |        |        | ЭЦ (ккал) |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------|--------|--------|-----------|
|                         |                                                                           |                     | Б                    | Ж      | У      |           |
| 1                       | 2                                                                         | 3                   | 4                    | 5      | 6      | 7         |
| <b>Завтрак</b>          |                                                                           |                     |                      |        |        |           |
| 71/М                    | Поджарнировка из свежих огурцов                                           | 60                  | 0,48                 | 0,06   | 1,5    | 8,4       |
| 211/М/ССЖ               | Омлет с сыром                                                             | 150                 | 15,21                | 15,28  | 3,04   | 211,31    |
| 382/М/ССЖ               | Какао на молоке                                                           | 200                 | 3,58                 | 2,85   | 15,71  | 104,00    |
|                         | Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином                                   | 70                  | 5,6                  | 0,7    | 36,4   | 175       |
| 338/М                   | Фрукт                                                                     | 150                 | 0,6                  | 0,6    | 14,7   | 70,5      |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                           | 630                 | 25,47                | 19,49  | 71,35  | 569,21    |
| <b>Обед</b>             |                                                                           |                     |                      |        |        |           |
| 50/М/ССЖ                | Салат из свеклы с сыром                                                   | 60                  | 2,88                 | 5,71   | 4,66   | 81,99     |
| 88/М/ССЖ                | ПЦи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10 | 210                 | 3,96                 | 6,14   | 9,71   | 110,61    |
| 284/М/ССЖ               | Картофель тушеный с печенью                                               | 200                 | 16,891               | 12,168 | 31,11  | 301,516   |
|                         | Сок фруктовый                                                             | 200                 | 1                    | 0,2    | 20,2   | 92        |
|                         | Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином                                   | 30                  | 2,4                  | 0,3    | 15,6   | 75        |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином                             | 40                  | 2,4                  | 0,4    | 16,8   | 80        |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                                           | 740                 | 29,53                | 24,92  | 98,08  | 741,12    |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                           | 1 370               | 55,00                | 44,41  | 169,43 | 1 310,33  |

Зав.производством

*Болотова*

Болотова Н.П.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор  
ООО "Гарант-Питание"

Савенкова Н.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ № 57  
Кремер Е.О.



МЕНЮ

На

Дети 12-18 лет

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда                                           | Масса<br>порции (г) | Пищевые вещества (г) |        |        | ЭЦ (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------|--------|--------|-----------|
|                         |                                                                          |                     | Б                    | Ж      | У      |           |
| 8                       | 9                                                                        | 10                  | 11                   | 12     | 13     | 14        |
| <b>Завтрак</b>          |                                                                          |                     |                      |        |        |           |
| 71/М                    | Подгарнировка из свежих огурцов                                          | 100                 | 0,8                  | 0,1    | 2,5    | 14        |
| 211/М/ССЖ               | Омлет с сыром                                                            | 200                 | 19,59                | 18,5   | 4,2    | 262,6     |
| 382/М/ССЖ               | Какао на молоке                                                          | 200                 | 3,58                 | 2,85   | 15,71  | 104,05    |
|                         | Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином                                  | 80                  | 6,4                  | 0,8    | 41,6   | 200       |
| 338/М                   | Фрукт                                                                    | 150                 | 0,6                  | 0,6    | 14,7   | 70,5      |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                          | 730                 | 30,97                | 22,85  | 78,71  | 651,15    |
| <b>Обед</b>             |                                                                          |                     |                      |        |        |           |
| 50/М/ССЖ                | Салат из свеклы с сыром                                                  | 100                 | 4,61                 | 9,5    | 6,6    | 131,05    |
| 88/М/ССЖ                | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10 | 260                 | 4,93                 | 6,59   | 12,09  | 128,12    |
| 284/М/ССЖ               | Картофель тушеный с печенью                                              | 250                 | 21,14                | 15,215 | 39,091 | 377,854   |
|                         | Сок фруктовый                                                            | 200                 | 1                    | 0,2    | 20,2   | 92        |
|                         | Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином                                  | 40                  | 3,2                  | 0,4    | 20,8   | 100       |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином                            | 50                  | 3                    | 0,5    | 21     | 100       |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                                          | 900                 | 37,88                | 32,41  | 119,78 | 929,02    |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                          | 1 630               | 68,85                | 55,26  | 198,49 | 1 580,17  |

Зав.производством

*Болотова*

Болотова Н.П.