Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян
Атаян

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
1 неделя, понедельник, 1 день

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	620	ВОК (курица и овощи)	90	48,96	261	6,9	13,4	30,6
		681/1	Макароны отварные	150	13,23	168	5,4	0,6	34,9
		5	Овощи по сезону	60	20,14	40,2	-	-	10
	гор. напит.	686	Чай с сахаром	200	6,0	40	-	-	10
	хлеб		пшеничный йодированный	40	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	520	94,33	604,12	15,34	14,36	105,38

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
1 неделя, вторник, 2 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	614/1	Плов с курицей	220	61,69	361,2	19,9	14,9	37,1
		5	Овощи по сезону	60	20,14	66,82	1,14	5,34	3,55
	гор. напит.	868/1	Компот из сухофруктов	200	6,5	118,6	0,8	0,1	28,8
	хлеб		пшеничный йодированный	40	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	500	94,33	641,54	24,88	20,7	89,33

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
1 неделя, среда, 3 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		694/1	Тефтели рыбные в соусе	90	47,19	73,3	6,6	3,2	4,6
		563/1	Пюре картофельное	150	15,0	122,6	3,2	6,9	12,8
		5	Овощи по сезону	60	20,14	34,8	1,8	0,3	4,4
	напиток	686	Чай с сахаром	200	6,0	40	-	-	10
	хлеб		пшеничный йодированный	40	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	520	94,33	365,62	8,04	10,76	51,68

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
1 неделя, четверг, 4 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	328	Каша рисовая на молоке с изюмом	230	44,69	457,5	12,4	5,9	89,3
		584	Бутерброд с маслом	50	15,6	164,1	3,1	8.3	19,4
	гор. напит.	686	Чай с сахаром	200	6,0	56	0,2	0,0	14
	хлеб		Кондитерские изделия	20	28,04	64,2	-	-	15,9
			Итого:	500	94,33	741,8	15,7	14,2	138,6

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян
Атаян

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)

1 неделя, пятница, 5 день

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	516	Шницель мясной	90	48,46	130,3	12,7	7	3,2
		413	Гречка отварная	150	13,23	138	5,1	0,9	29,9
		5	Овощи по сезону	60	20,14	26,4	1	0,1	4,8
	гор. напит.	847/1	Чай с лимоном	200	6,5	36	0,4	0,1	9
	хлеб		пшеничный йодированный	40	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	520	94,33	425,62	22,24	8,46	66,78

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
2 неделя, понедельник, 6 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	42	Гречка по-купечески(с мясом курицы)	220	61,69	308,4	21,8	12,5	27,3
		5	Овощи по сезону	60	20,14	40,2	-	-	10
	напит.	686	Компот из сухофруктов	200	6,5	118,6	0,8	0,1	28,8
	хлеб		пшеничный йодированный	40	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	500	94,33	562,12	25,64	12,96	85,98

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
2 неделя, вторник, 7 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	620/1	Куриная котлета	90	48,96	211,40	14,20	11,40	13,0
		681/1	Каша пшеничная	150	13,23	229,2	6,6	5,4	38,55
		5	Овощи по сезону	60	20,14	66,82	1,14	5,34	3,55
	напит.	686	Чай с сахаром	200	6,0	40,0	-	-	10,00
	хлеб		Пшеничный йодированный	40	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	520	94,33	642,34	24,98	22,5	84,98

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
2 неделя, среда, 8 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	768	Рыба, запеченная в панировке	90	48,96	325,2	33,2	16,1	12,2
		563/1	Рис отварной	150	13,23	210	3,6	5,4	36,9
		5	Овощи по сезону	60	20,14	26,4	1	0,1	4,8
	напит.	686	Чай с сахаром	200	6,0	40,0	-	-	10,0
	хлеб		пшеничный йодированный	40	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	520	94,33	696,52	40,84	21,96	83,78

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Лакедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
2 неделя, четверг, 9 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Лакедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	328	Каша манная на молоке	230	44,19	225,4	6,9	7,4	35,2
		686	Компот из сухофруктов	200	6,5	131,8	0,9	0,1	32
	гор. напит.		Кондитерские изделия	20	28,04	64,2	-	-	15,9
	хлеб	584	Бутерброд с маслом	50	15,6	164,1	3,1	8,3	19,4
			Итого:	500	94,33	585,5	10,9	15,8	102,5

Согласовано
Директор МБОУ
МБОУ Такедемоновской СОШ

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет (1-4 класс)
2 неделя, пятница, 10 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Школа МБОУ Такедемоновская СОШ Отд./корп. _____ День _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	516	Спагетти в мясном соусе	200	62,19	297,9	15,8	13,3	27,6
		5	Овощи по сезону	60	20,14	26,4	1	0,1	4,8
	напит.	686	Чай с сахаром	200	6,0	58	0,3	-	14
	хлеб		пшеничный йодированный	50	6,0	94,92	3,04	0,36	19,88
			Итого:	510	94,33	477,22	20,14	13,76	66,28