

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" Навигатор" ОВ37-10 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
268/2013	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,49	7,38	33,40	222,00	0,07	0,20	1,53	43,6	145,41	153,90	31,92	0,45
100/2013	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15	3,84	3,92		50,60	0,01	0,05	0,11	34,5	135,00	88,50	7,50	0,14
497/2013	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,86	4,00	31,61	181,86	0,06	0,21	1,69	26,0	163,15	149,75	39,45	1,31
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
112/2013	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю: 36,54 руб.			18,39	16,10	99,41	616,06	0,23	0,50	13,33	104,1	469,56	435,65	94,87	4,65

ОБЕД

48/2013	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ КВАШЕНОЙ С ЛУКОМ	80	11,78	8,66	20,10	205,42	0,13	0,13	195,20		313,52	205,68	104,80	3,95
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(1-й ВАРИАНТ)	250	5,65	4,81	21,70	152,62	0,25	0,09	14,00	20,0	36,25	114,85	40,98	2,08
381/2013	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	15,61	11,55	11,85	213,85	0,06	0,11		22,4	10,58	140,90	17,26	2,04
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,19	36,01	222,32	0,09	0,03		26,8	11,30	46,38	8,16	0,83
512/2013	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,74	0,16	36,03	148,49	0,05	0,03			26,05	41,28	13,44	1,01
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,03	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю: 75,50 руб.			44,71	32,07	156,78	1094,50	0,66	0,41	209,20	69,2	412,22	603,78	196,94	11,15
Итого за день:			63,10	48,17	256,19	1710,56	0,89	0,91	222,53	173,3	881,78	1039,43	291,81	15,80

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

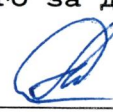
Меню на 26.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
268/2013	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,49	7,38	33,40	222,00	0,07	0,20	1,53	43,6	145,41	153,90	31,92	0,45
100/2013	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	20	5,12	5,22		67,46	0,01	0,07	0,14	46,0	180,00	118,00	10,00	0,18
497/2013	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,86	4,00	31,61	181,86	0,06	0,21	1,69	26,0	163,15	149,75	39,45	1,31
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
112/2013	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,04	0,02	12,00		19,20	13,20	10,80	2,64
Итого по подменю: 44,67 руб.			19,75	17,48	101,37	641,80	0,24	0,52	15,36	115,6	517,76	467,35	99,17	5,13

ОБЕД														
48/2013	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,61	10,09	3,25	110,25	0,02	0,02	25,30		41,98	31,11	14,36	0,57
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(1-й ВАРИАНТ)	250	5,65	4,81	21,70	152,62	0,25	0,09	14,00	20,0	36,25	114,85	40,98	2,08
381/2013	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	20,16	15,02	15,90	279,41	0,08	0,18	0,30	32,6	40,82	196,83	24,80	2,57
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,19	36,01	222,32	0,09	0,03		26,8	11,30	46,38	8,16	0,83
512/2013	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,74	0,16	36,03	148,49	0,05	0,03			26,05	41,28	13,44	1,01
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю: 84,66 руб.			39,94	37,09	148,68	1088,19	0,58	0,38	39,60	79,4	173,30	494,75	116,24	8,54

Итого за день: 59,69 54,57 250,05 1729,99 0,82 0,90 54,96 195,0 691,06 962,10 215,41 13,67

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 26.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ОБЕД														
48/2013	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,61	10,09	3,25	110,25	0,02	0,02	25,30		41,98	31,11	14,36	0,57
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(1-Й ВАРИАНТ)	250	5,65	4,81	21,70	152,62	0,25	0,09	14,00	20,0	36,25	114,85	40,98	2,08
381/2013	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	20,16	15,02	15,90	279,41	0,08	0,18	0,30	32,6	40,82	196,83	24,80	2,57
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,19	36,01	222,32	0,09	0,03		26,8	11,30	46,38	8,16	0,83
512/2013	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,74	0,16	36,03	148,49	0,05	0,03			26,05	41,28	13,44	1,01
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю: 95,00 руб.			39,94	37,09	148,68	1088,19	0,58	0,38	39,60	79,4	173,30	494,75	116,24	8,54
Итого за день:			39,94	37,09	148,68	1088,19	0,58	0,38	39,60	79,4	173,30	494,75	116,24	8,54

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.04.2021 года**МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 7-10 лет**

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ОБЕД														
48/2013	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ КВАШЕНОЙ С ЛУКОМ	80	11,78	8,66	20,10	205,42	0,13	0,13	195,20		313,52	205,68	104,80	3,95
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(1-Й ВАРИАНТ)	250	5,65	4,81	21,70	152,62	0,25	0,09	14,00	20,0	36,25	114,85	40,98	2,08
381/2013	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	15,61	11,55	11,85	213,85	0,06	0,11		22,4	10,58	140,90	17,26	2,04
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,19	36,01	222,32	0,09	0,03		26,8	11,30	46,38	8,16	0,83
512/2013	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,74	0,16	36,03	148,49	0,05	0,03			26,05	41,28	13,44	1,01
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,03	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю: 75,50 руб.			44,71	32,07	156,78	1094,50	0,66	0,41	209,20	69,2	412,22	603,78	196,94	11,15
Итого за день:			44,71	32,07	156,78	1094,50	0,66	0,41	209,20	69,2	412,22	603,78	196,94	11,15

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП

Н

ИП Банникова Т.Н.

Е.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Ю Н

1

Меню на 27.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" Навигатор" 7-10 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У /		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe		
ОБЕД																
106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	80	0,56	0,08	1,52	9,04	0	0,02	0,02	0	5,60		13,60	24,00	11,20	0,40
128/2013	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,07	6,67	12,83	119,60	5	0,06	0,07	0	20,01	15,0	42,15	55,82	25,05	1,12
349/2013	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	80/30	11,03	8,64	12,99	173,79	9	0,10	0,13	4	1,66	27,9	65,19	173,98	36,04	0,83
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,18	6,68	21,66	159,45	5	0,16	0,13	6	25,49	31,7	46,75	96,50	32,46	1,21
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,89	77,64	5	0,01	0,01	0	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0	0,05	0,01	0			9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,87	0,34	8,95	46,32	2	0,03	0,01	0			5,52	25,44	6,00	0,74

Итого по подменю: 75,50 руб.69

22,29 22,93 98,98 691,32 6 0,43 0,38 5 56,76 74,6 189,06 409,39 120,65 5,73

с:

22,

Итого за день:

22,29 22,93 98,98 691,32 6 0,43 0,38 5 56,76 74,6 189,06 409,39 120,65 5,73

/Е

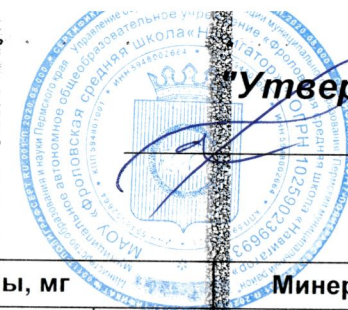
Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

20

Меню на 27.04.2021 года

"МАОУ" Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

В/№ п.р.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1		В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ОБЕД															
106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	100	02 1,10	0,20	00 3,80	21,40	0,02	0,02	00 10,00		5,60	10,40	8,00	0,36	
128/2013	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	06 2,07	6,67	01 12,83	119,60	0,06	0,07	05 20,01	15,0	42,15	55,82	25,05	1,12	
349/2013	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	100/50	16 17,03	14,92	12 17,12	270,91	0,16	0,18	90 2,12	44,2	69,19	175,16	26,90	0,81	
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	16 3,18	6,68	49 21,66	159,45	0,16	0,13	46 25,49	31,7	46,75	96,50	32,46	1,21	
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	01 0,16	0,16	00 18,89	77,64	0,01	0,01	60 4,00		6,85	4,40	3,60	0,93	
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	06 3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02	00		10,00	32,50	7,00	0,55	
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	04 2,81	0,50	13,43	69,48	0,04	0,01	00		8,28	38,16	9,00	1,12	
Итого по подменю: 95,00 руб.			530,15	29,53	122,33	835,68	0,51	0,44	01 61,62	90,9	188,82	412,94	112,01	6,10	
Итого за день:			5130,15	29,53	6212,33	835,68	0,51	0,44	01 61,62	90,9	188,82	412,94	112,01	6,10	

Н. Директор  /Банникова Т.Н./

зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

ке

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

е

Меню на 27.04.2021 года

а "МАОУ" Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ7-10 лет

№	N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК															
	313/2013	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	26,35	12,70	23,39	313,32	0,08	0,38	0,30	52,5	177,77	273,78	36,30	0,71
	481/2013	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	2,16	2,55	16,80	98,79	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	68,70	10,20	0,06
	105/2013	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННО	10	0,05	8,25	0,08	74,77		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
	495/2013	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,40	1,25	17,33	86,19	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
	108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
Итого по завтраку:				33,38	25,11	79,74	678,55	0,17	0,53	1,25	110,0	344,72	419,73	59,80	1,39

Итого по завтраку: 36,54 руб.

ОБЕД

	106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	80	0,56	0,08	1,52	91,04	0,02	0,02	5,60		13,60	24,80	11,20	0,40
	128/2013	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,07	6,67	12,83	119,60	0,06	0,07	20,01	15,0	42,15	55,82	25,05	1,12
	349/2013	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	80/30	11,03	8,64	12,99	173,79	0,10	0,13	1,66	27,9	65,19	173,98	36,04	0,83
	429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,18	6,68	21,66	159,45	0,16	0,13	25,49	31,7	46,75	96,50	32,46	1,21
	507/2013	КОМПОЗИТ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,89	77,64	0,01	0,01	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
	108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
	109/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,03	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по обеду:				22,29	22,93	98,98	691,32	0,43	0,38	56,76	74,6	189,06	409,49	120,65	5,73

Итого по обеду: 75,50 руб.

,67

Итого за день:

55,67 48,04 178,72 1369,87 0,60 0,91 58,01 184,7 533,78 829,12 180,45 7,12

ва

Директор

/Банникова Т.Н./

за Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

Б.н

1.

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

на 2

год

Меню на 27.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л

№ п.п.	Наименование блюда	Вход Выход ал	Пищевые вещества, г				Калорийн. — кг ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	В	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК															
313/2013	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	38,5180	32,47	0,5	16,21	28,18	388,51	0,11	0,52	0,92	71,4	264,85	364,86	49,38	0,84
481/2013	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	54,550	3,60	0,0	4,25	28,00	164,65	0,03	0,08	0,50	12,5	158,50	114,50	17,00	0,10
105/2013	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННО	12,145	0,08	0,0	12,38	0,12	112,16		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
495/2013	ЧАЙ С МОЛОКОМ	36,1200	1,40	0,0	1,25	17,33	86,19	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	05,445	3,42	0,0	0,36	22,14	105,48	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
Итого по подменю:			44,67 руб.	6,39	40,97	7,34,45	95,77	856,99	0,21	0,70	2,07	133,9	495,20	556,61	79,68 1,56

ОБЕД

106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	21, 4100	1, 10	0, 0, 20	3, 80	21, 40	0, 02	0, 02	10, 00		5, 60	10, 40	8, 00	0, 36	
128/2013	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	19, 5250	2, 07	0, 0, 6, 67	12, 83	119, 60	0, 06	0, 07	20, 01	15, 0	42, 15	55, 82	25, 05	1, 12	
349/2013	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	70, 100/50	17, 03	1, 14, 92	17, 12	270, 91	0, 16	0, 18	2, 12	44, 2	69, 19	175, 16	26, 90	0, 81	
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	59, 4150	3, 18	1, 6, 68	21, 66	159, 45	0, 16	0, 13	25, 49	31, 7	46, 75	96, 50	32, 46	1, 21	
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	77, 5200	0, 16	0, 0, 16	18, 89	77, 64	0, 01	0, 01	4, 00		6, 85	4, 40	3, 60	0, 93	
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17, 250	3, 80	0, 0, 40	24, 60	117, 20	0, 06	0, 02			10, 00	32, 50	7, 00	0, 55	
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	59, 436	2, 81	0, 0, 50	13, 43	69, 48	0, 04	0, 01			8, 28	38, 16	9, 00	1, 12	
Итого по подменю:			84, 66 руб.	5, 58	30, 15	4, 29, 53	112, 33	835, 68	0, 51	0, 44	61, 62	90, 9	188, 82	412, 94	112, 01 6, 10
Итого за день:					71, 12	1, 63, 98	208, 10	1, 1692, 67	0, 72	1, 14	63, 69	224, 8	684, 02	969, 55	191, 69 7, 66

Ба

Директор

од.п.

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

№

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Ч/

/Чернякевич Е.З./

28

Меню на 28.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" ОВ37-10 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Н. Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. кккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1Р	В2	С F	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
248/2013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 80	150	6,86	9,30	25,02	111,23	0,319	0,20	3,68	45,0	99,30	181,50	85,50	2,60	
517/2013	ЙОГУРТ 80	100	4,10	1,80	5,90	56,20	0,053	0,15	0,60	10,0	124,00	95,00	15,00	0,10	
501/2013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	200	2,80	2,50	14,71	92,54	0,004	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13	
111/2013	БАТОН НАРЕЗНОЙ 40	40	3,00	11,60	20,56	198,64	0,064	0,01			7,60	26,00	5,20	0,48	
112/2013	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ 40	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,103	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого по подменю		36,54 руб.	17,16	25,60	75,99	1,603,01	0,33	0,53	15,58	75,0	367,20	403,50	128,70	5,51	

ОБЕД

66/2013	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КАПУСТОЙ КВАШЕНОЙ 80	80	1,39	4,22	9,46	81,44	0,509	0,05	17,55		18,62	51,36	21,60	0,78
150/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 250	250	6,95	6,00	19,89	161,38	0,219	0,13	24,19	26,4	22,55	121,05	37,53	1,30
411/2013	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ 80	80	14,26	16,59	6,03	230,43	0,307	0,12	1,51	42,9	11,92	132,70	18,03	1,06
195/2013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150	150	2,47	6,36	15,79	130,25	0,712	0,08	30,30		31,80	71,34	32,16	1,09
511/2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ 200	200	0,30	0,12	17,16	70,92	0,01	0,01	60,00		11,25	9,90	9,30	0,44
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 45	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,205	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 34	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,253	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю			30,66	33,99	99,42	1,426,22	0,56	0,41	133,55	69,4	110,66	441,04	130,92	5,91

59 Итого за день: 47,82 59,59 175,41 1,429,23 0,489 0,94 149,13 144,4 477,86 844,54 259,62 11,42

Директор

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Е.З.

/Чернякевич Е.З./

О Н

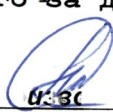
Меню на 28.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л

№реж.	Наименование блюда)	Выход ка	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
24802013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	28 200	9,15	12,40	33,36	281,64	0,26	0,26	0	4,90	60,0	132,40	242,00	114,00	3,47	
51702013	ЙОГУРТ	5 100	4,10	1,80	5,90	56,20	0,03	0,15	0	0,60	10,0	124,00	95,00	15,00	0,10	
50102013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	9 200	2,80	2,50	14,71	92,54	0,04	0,15	0	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13	
11102013	БАТОН НАРЕЗНОЙ	24 50	3,75	14,50	25,70	248,30	0,06	0,02	0		9,50	32,50	6,50	0,60		
11202013	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	5 120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,04	0,02	0	12,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого по подменю: 44,67 руб.731			20,28	31,68	91,43	731,96	0,43	0,60	0	18,80	90,0	405,40	472,70	160,30	6,94	

ОБЕД

66/2013	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КАПУСТОЙ КВАШЕНОЙ	10 100	1,74	5,28	11,83	101,80	0,09	0,05	0	17,55		18,62	51,36	21,60 0,78
15002013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	16 250	6,95	6,00	19,89	161,38	0,19	0,13	3	24,19	26,4	22,55	121,05	37,53 1,30
41102013	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	33 100	18,16	25,13	8,11	331,27	0,10	0,17	6	2,03	75,8	28,96	177,13	24,06 1,35
19502013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	13 150	2,47	6,36	15,79	130,25	0,12	0,08	6	30,30		31,80	71,34	32,16 1,09
51102013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ	7 200	0,30	0,12	17,16	70,92	0,01	0,01	0	60,00		11,25	9,90	9,30 0,44
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	11 50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02	0		10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	6 36	2,81	0,50	13,43	69,48	0,04	0,01	0		8,28	38,16	9,00	1,12
Итого по подменю: 84,66 руб.982			36,23	43,79	110,81	982,30	0,61	0,47	5	134,07	102,3	131,46	501,44	140,65 6,63
Итого за день:			56,51	75,47	202,24	1714,26	1,04	1,07	5	152,87	192,3	536,86	974,14	300,95 13,57

/ Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИКС

ИП Ванникова Т.Н.

ия

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

М

3.04

Меню на 28.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 7-10 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ОБЕД														
66/2013	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КАПУСТОЙ КВАШЕНОЙ	80	1,39	4,22	9,46	81,44	0,09	0,05	17,55		18,62	51,36	21,60	0,78
150/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,95	6,00	19,89	161,38	0,19	0,13	24,19	26,4	22,55	121,05	37,53	1,30
411/2013	КНЕЛИЗ КУР С РИСОМ	80	14,26	16,59	6,03	230,43	0,07	0,12	1,51	42,9	11,92	132,70	18,03	1,06
195/2013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,47	6,36	15,79	130,25	0,12	0,08	30,30		31,80	71,34	32,16	1,09
511/2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ	200	0,30	0,16	17,16	70,92	0,01	0,01	60,00		11,25	9,90	9,30	0,44
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,03	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю: 75,50 руб.			30,66	33,99	99,42	826,22	0,56	0,41	133,55	69,4	110,66	441,04	130,92	5,91
Итого за день:			30,66	33,99	99,42	826,22	0,56	0,41	133,55	69,4	110,66	441,04	130,92	5,91

за

Директор

Ванникова Т.Н./

у,

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

36

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

N

4.

Меню на 28.04.2021 года

MAOY "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			В	Б	Ж		У	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ОБЕД															
66/2013	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КАПУСТОЙ КВАШЕНОЙ	100	0	1,74	5,28	11,83	101,80	0,09	0,05	17,55		18,62	51,36	21,60	0,78
150/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	0	6,95	6,00	19,89	161,38	0,19	0,13	24,19	26,4	22,55	121,05	37,53	1,30
411/2013	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	100	0	18,16	25,13	8,11	331,27	0,10	0,17	2,03	75,8	28,96	177,13	24,06	1,35
195/2013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	0	2,47	6,36	15,79	130,25	0,12	0,08	30,30		31,80	71,34	32,16	1,09
511/2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ	200	0	0,30	0,12	17,16	70,92	0,01	0,01	60,00		11,25	9,90	9,30	0,44
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	0	2,81	0,50	13,43	69,48	0,04	0,01			8,28	38,16	9,00	1,12

Итого по подменю: 95,00 руб.

0,36,23 43,79 110,81 982,80 0,61 0,447 134,07 102,3 131,46 501,44 140,65 6,63

Итого за день: 0 36,23 43,79 110,81 982,80 0,61 0,447 134,07 102,3 131,46 501,44 140,65 6,63

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./

1К

ИП Банникова Т.Н.

рн

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Л

О

а

Меню на 29.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 7-10 лет

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ОБЕД														
76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 5	80	1,00	8,13	5,87	101,41	0,0465	0,03	7,5262		17,60	32,65	14,77	0,62
143/2013	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	250	2,64	5,69	11,36	5107,24	0,0738	0,07	26,4082	33,5	40,19	54,38	21,85	0,82
391/2013	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	80	11,94	11,55	5,92	6175,37	0,0692	0,11	85	9,6	8,90	126,92	16,48	1,85
414/2013	РИС ОТВАРНОЙ 40	150	3,81	6,11	40,01	0230,29	0,0403	0,03	55	27,0	5,94	83,03	27,00	0,55
512/2013	КОМПЛОТ ИЗ КУРАГИ 33	200	1,92	0,11	33,84	144,06	0,0402	0,07	1,4823		59,65	54,02	38,85	1,23
108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ 22	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,0525	0,01	50		9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ, РЖАНОЙ 8	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,0344	0,01	74		5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю: 75250 руб.			26,60	32,29	128,09	1910,17	0,3369	0,33	35,4031	70,1	146,80	405,69	131,25	6,31
Итого за день:			26,60	32,29	128,09	1910,17	0,3369	0,33	35,4031	70,1	146,80	405,69	131,25	6,31

се

Директор

Банникова Т.Н./, К

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

14

Меню на 29.04.2021 года

ЕН

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийный ккал а	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		B1	B2 g	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe	
ОБЕД															
76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	4	100	1,26	10,16	4 7,34	126,76	0,05	0,04	9,40		22,00	40,81	18,46	0,78
143/2013	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	5	250	2,64	5,69	4 11,36	107,24	0,07	0,07	26,40	33,5	40,19	54,38	21,85	0,82
391/2013	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	1	100	14,92	14,43	7,40	219,21	0,07	0,14		12,0	11,12	158,65	20,60	2,32
414/2013	РИС ОТВАРНОЙ	1	150	3,81	6,11	40,01	230,29	0,04	0,03		27,0	5,94	83,03	27,00	0,55
512/2013	КОМПОЗИТ ИЗ КУРАГИ	4	200	1,92	0,11	4 33,84	144,06	0,04	0,07	1,48		59,65	54,02	38,85	1,23
108/2013	ХЛЕБ ПОПШЕНИЧНЫЙ	0	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3	36	2,81	0,50	13,43	69,48	0,04	0,01			8,28	38,16	9,00	1,12
Итого по б/подменю: 95,00 руб.				31,16	37,40	2 37,98	1014,24	0,37	0,38	37,28	72,5	157,18	461,55	142,76	7,37
Итого за день:				31,16	37,40	2 37,98	1014,24	0,37	0,38	37,28	72,5	157,18	461,55	142,76	7,37

а і

Директор пр

/Банникова Т.Н./

в Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

1.

ИП Банникова Т.Н.

Е.:

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10 лет

Меню на 29.04.2021 года

Кре.ц.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	В1		В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
30.04.2013	ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ	140	14,68	30,15	2,61	340,50	6	0,09	0,42	0,53	243,2	98,46	214,11	19,47	2,33
54.04.2013	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8,80	3,54	26,35	172,43	4	0,07	0,11	0,05	17,9	43,14	88,84	12,76	0,63
49.04.2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	15,18	61,04	5			2,80		3,25	1,54	0,84	0,09
11.04.2013	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	11,60	20,56	198,64	0	0,04	0,01			7,60	26,00	5,20	0,48
Итого по подменю: 36,54 руб.			26,54	45,30	64,70	772,61	5	0,20	0,54	3,38	261,1	152,45	330,49	38,27	3,53
ОБЕД															

ОБЕД

76.04.2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,00	8,13	5,87	101,41	0	0,04	0,03	7,52		17,60	32,65	14,77	0,62
14.04.2013	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	250	2,64	5,69	11,36	107,24	9	0,07	0,07	26,40	33,5	40,19	54,38	21,85	0,82
39.04.2013	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	80	11,94	11,55	5,92	175,37	0	0,06	0,11		9,6	8,90	126,92	16,48	1,85
41.04.2013	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,81	6,11	40,01	230,29	4	0,04	0,03		27,0	5,94	83,03	27,00	0,55
51.04.2013	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,92	0,11	33,84	144,06	5	0,04	0,07	1,48		59,65	54,02	38,85	1,23
10.04.2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
10.04.2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,87	0,34	8,95	46,32	2	0,03	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю: 75,50 руб.			26,60	32,29	128,09	910,17	0	0,33	0,33	35,40	70,1	146,80	405,69	131,25	6,31
Итого за день: 7,1			53,14	77,59	192,79	1682,78	5	0,53	0,87	38,78	331,2	299,25	736,18	169,52	9,84

/

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ОВ

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

№

4.1

Меню на 29.04.2021 года

№1 "МАОУ" Фроловская средняя школа "Навигатор" ОВЗ 11-18л

В/№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			В1	Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК																
305/2013	ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ. 98	160	0,16	12	37,98	2,98	418,10	0,10	0,46	0,61	284,6	110,82	235,97	21,62	2,54	
541/2013	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 35	60	0,08	8	3,54	26,35	172,43	0,07	0,11	0,05	17,9	43,14	88,84	12,76	0,63	
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 18	200	0,06	0,02	15,18		61,04			2,80		3,25	1,54	0,84	0,09	
111/2013	БАТОН НАРЕЗНОЙ 70	50	0,03	7,5	14,50	25,70	248,90	0,06	0,02			9,50	32,50	6,50	0,60	
Итого по завтраку:			44,672 руб. 0,28,73 56,03, 70,21 900,637 0,23 0,59 3,46 302,5 166,71 358,85 41,72 3,86													

ОБЕД

76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 34	100	0,12	26	10,16	7,34	126,22	0,05	0,04	9,40		22,00	40,81	18,46	0,78
143/2013	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ 86	250	0,26	64	5,69	11,36	107,42	0,07	0,07	26,40	33,5	40,19	54,38	21,85	0,82
391/2013	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ 100	100	0,14	92	14,43	7,40	219,12	0,07	0,14		12,0	11,12	158,65	20,60	2,32
414/2013	РИС ОТВАРНОЙ 01	150	0,03	81	6,11	40,01	230,89	0,04	0,03		27,0	5,94	83,03	27,00	0,55
512/2013	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 84	200	0,19	2	0,11	33,84	144,50	0,04	0,07	1,48		59,65	54,02	38,85	1,23
108/2013	ХЛЕБ ПОПШЕНИЧНЫЙ 60	50	0,03	80	0,40	24,60	117,10	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 43	36	0,02	81	0,50	13,43	69,88	0,04	0,01			8,28	38,16	9,00	1,12
Итого по обеду:			84,669 руб. 0,31,16 37,40, 137,98 1014,241 0,37 0,38 37,28 72,5 157,18 461,55 142,76 7,37												

дс

39

Итого за день:

0,59,89 93,43, 208,19 1914,2378 0,60 0,97 40,74 375,0 323,89 820,40 184,48 11,23

а:

Директор

/Банникова Т.Н./

рг: Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

Бан

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

на 3

год

Меню на 30.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" 7-10 лет

N рецеп.	Наименование блюда	Вход Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	В	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
ОБЕД															
59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	12,880	1,110	0	8,07	6,46	102,87	0,302	0,03	7,24		27,36	31,52	15,96	1,01
142/2013	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	59,6250	3,870	1	7,01	22,78	169,66	0,017	0,13	45,98	15,0	56,70	108,08	48,90	1,60
405/2013	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	50,7120	20,960	2	28,32	5,518	360,78	0,913	0,20	7,60	87,1	29,92	197,75	30,27	1,81
426/2013	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	54,5150	3,000	1	6,16	24,262	164,52	0,818	0,11	29,70	27,0	16,47	88,16	34,16	1,35
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ И ЯГОД	4,1200	0,240	0	0,06	18,15	74,10	0,01	0,01	4,50		11,55	9,00	7,80	0,20
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,445	3,420	0	0,36	22,14	105,48	0,205	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	6,324	1,870	0	0,34	8,95	46,32	0,203	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю: 75,50 руб.			3,73	34,470	5,50,32	108,252	1023,73	0,859	0,50	95,02	129,1	156,52	489,20	149,39	7,21
Итого за день:			3,73	34,470	5,50,32	108,252	1023,73	0,859	0,50	95,02	129,1	156,52	489,20	149,39	7,21

Банн

Директор Босп /Банникова Т.Н./Зав. производством сф /Журавлева Л.Л./

Б и н

ИП Банникова Т.Н.

/Че

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

№ 3

д

Меню на 30.04.2021 года

МАОУ Фроловская средняя школа "Навигатор" 11-18 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ОБЕД														
59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	28 5400	1,39	0,10	8,07	128,59	0,02	0,04	9,05		34,20	39,40	19,95	1,27
142/2013	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	69 6250	3,87	1,7	22,78	5,169,66	0,07	0,13	45,98	15,0	56,70	108,08	48,90	1,60
405/2013	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	60 7120	20,96	2,28	5,51	7,360,78	0,13	0,20	7,60	87,1	29,92	197,75	38,27	1,81
426/2013	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	86 4170	3,40	1,6	27,49	7,186,46	0,18	0,11	29,10	27,0	16,47	88,16	34,16	1,35
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВ.ПЛОДОВ И ЯГОД	74 1200	0,24	0,0	18,15	74,10	0,01	0,01	4,50		11,55	9,00	7,80	0,20
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17 260	3,80	0,0	24,60	117,20	0,06	0,02	0		10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	57 930	2,34	0,0	11,19	57,90	0,03	0,01	0		6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю: 95,00 руб. 34 69 36 00 5 53 27 117 70 2 1004 68 30 35														

Итого по подменю: 95,00 руб. 14,69

36,00 5 53,27 117,79 9,1094,69 0,60 0,52 96,83 129,1 165,74 506,69 155,58 7,71

Итого за день:

36,00 5 53,27 117,79 9,1094,69 0,60 0,52 96,83 129,1 165,74 506,69 155,58 7,71

/Банк

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

N

L

Меню на 30.04.2021 года

МАОУ "Фрунзенская средняя школа "Навигатор" ОВ37-10лет

N рец.	П.п. — Е	Наименование блюда У	Выход г	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК															
266/2013	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ		200	7,12	8,98	29,65	227,91	0,19	0,21	1,53	43,6	158,97	208,72	56,25	1,25
590/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ		30	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0,02		19,5	12,30	26,10	4,50	0,30
501/2013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,80	2,50	14,71	92,54	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ 14,		30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01		6,00	19,50	4,20	0,33	
112/2013	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ 9,		100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого по подменю: 368,54 руб															

Итого по подменю: 369,54 руб.

(15,15 15,51 89,83 559,52 0,32 0,41 12,83 83,1 313,57 355,32 87,95 4,21

ОБЕД

59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	80	1,11	8,07	6,46	102,87	0,02	0,03	7,24	27,36	31,52	15,96	1,01	
142/2013	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	3,87	7,01	22,78	169,66	0,17	0,13	45,98	15,0	56,70	108,08	48,90	1,60
405/2013	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	20,96	28,32	5,51	360,78	0,13	0,20	7,60	87,1	29,92	197,75	30,27	1,81
426/2013	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 24,	150	3,00	6,16	24,26	164,52	0,18	0,11	29,70	27,0	16,47	88,16	34,16	1,35
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ И ЯГОД	200	0,24	0,06	18,15	74,10	0,01	0,01	4,50	11,55	9,00	7,80	0,20	
108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ 22,	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,05	0,01		9,00	29,25	6,30	0,50	
109/2013	ХЛЕБ, РЖАНОЙ 8,	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,03	0,01		5,52	25,44	6,00	0,74	

Итого по подменю: 750,50 руб.

(34,47 50,32 108,25 1023,73 0,59 0,50 95,02 129,1 156,52 189,20 149,39 7,21

4, €

19

Итого за день:

49,62 65,83 198,08 1583,25 0,91 0,91 107,85 212,2 470,09 844,52 237,34 11,42

Итого:

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

г.е.н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

о.а

Меню на 30.04.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" Навигатор" ОВЗ 11-18л

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У	В1		В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe			
ЗАВТРАК																	
266/2013	КАША ОВСЯННАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	250	8,87	2,6	6,07	37,01	5238,16	0,23	0,03	0,26	1,92	29,5	197,21	259,03	70,32	1,55	
590/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	45	3,38	0,2	4,41	33,48	5187,11	0,04	0,00	0,02	0,00	4,5	13,05	40,50	9,00	0,95	
501/2013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,80	0,15	2,50	14,71	092,54	0,04	0,00	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13	
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 2	30	2,34	0,1	0,42	11,19	57,90	0,03	0,00	0,01	0,00	6,90	31,80	7,50	0,93		
112/2013	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ 8	120	0,48	0,2	0,48	11,76	53,28	0,04	0,02		12,00	19,20	13,20	10,80	2,64		
Итого по подменю			440,67	4,43	10,88	108,15	10628,99	0,38	0,33	0,46	15,22	54,0	356,66	434,53	111,62	6,20	

ОБЕД

59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,39	0,11	10,08	8,07	128,59	0,02	0,10	0,04	9,05	34,20	39,40	19,95	1,27		
142/2013	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	3,87	0,13	7,01	22,78	0169,66	0,17	0,08	0,13	45,98	15,0	56,70	108,08	48,30	1,60	
405/2013	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	20,96	2,20	28,32	5,51	1360,78	0,13	0,75	0,20	7,60	87,1	29,92	197,75	30,27	1,81	
426/2013	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	170	3,40	0,11	6,98	27,49	0186,46	0,18	0,16	0,11	29,70	27,0	16,47	88,16	34,16	1,35	
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ И ЯГОД	200	0,24	0,10	0,06	18,15	74,10	0,01	0,00	0,01	4,50	11,55	9,00	7,80	0,20		
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,20	0,40	24,60	117,20	0,06	0,00	0,02	0	10,00	32,50	7,00	0,55		
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,34	0,10	0,42	11,19	57,90	0,03	0,00	0,01	0	6,90	31,80	7,50	0,93		
Итого по подменю			841,66 руб.	36,00	5,53	27	117,79	1094,69	0,60	0,59	0,52	96,82	129,1	165,74	506,69	155,99	7,71

Итого за день:

53,87 9,36 7,15 225,94 1723,68 0,98 0,22 0,98 112,05 183,1 522,40 941,22 267,20 13,91

ни

Директор

(подпись)

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

(подпись)

/Журавлева Л.Л./