

ИН И

ИП Банникова Т.Н.

пер

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

1.1.

Меню на 11.05.2021 года

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

N рец.	Наименование блюда	Ин. Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. кккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ОБЕД														
1/2013	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ 1	680	2,96	8,19	13,27	138,62	0,088	0,10	49,80		72,15	79,80	47,52	1,23
147/2013	СУП КАРТОФ.С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	250	2,87	2,96	20,79	121,25	0,125	0,07	16,50		15,20	63,55	24,05	0,99
406/2013	ПЛОД ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 390	390	25,76	27,95	34,45	7,1492,33	0,169	0,22	3,89	87,7	28,47	271,94	50,09	2,17
511/2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ 9200	9200	0,30	0,12	17,16	70,92	0,019	0,01	60,00		11,25	9,90	9,30	0,44
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 2 485	485	3,42	0,36	22,14	105,48	0,052	0,01	0,		9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 324	324	1,87	0,34	8,95	46,32	0,034	0,01	0,		5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подмену: 751,50 руб.		92	37,18	39,92	116,76	7,1974,92	0,458	0,42	130,19	87,7	141,59	479,88	143,26	6,07
Итого за день:			37,18	39,92	116,76	7,1974,92	0,458	0,42	130,19	87,7	141,59	479,88	143,26	6,07

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

ОЕ

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Ме

5.

Меню на 11.05.2021 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			В1	Б	Ж	С		У	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ОБЕД																
1/2013	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100	0,38	2,53	10,15	7,10	38	142,94	0,05	0,06	57,75		65,89	50,25	25,20	0,91
147/2013	СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	0,95	2,87	2,96	5,20	79	121,25	0,12	0,07	16,50		15,20	63,55	24,05	0,99
406/2013	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	220	0,29	14	35,55	5,40	10	596,94	0,21	0,27	4,50	87,8	30,23	335,99	62,29	3,06
511/2013	КОМПОЗИТ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ	200	0,30	0,30	0,16	0,17	16	70,92	0,01	0,01	60,00		11,25	9,90	9,30	0,44
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,38	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	0,28	2,81	0,50		13,43	69,48	0,04	0,01			8,28	38,16	9,00	1,12
Итого по меню: 95,004 руб.			0,41	45	49,68	126,46	1118,73		0,49	0,44	138,75	87,8	140,85	530,35	136,84	7,07
Итого за день:			0,41	45	49,68	126,46	1118,73		0,49	0,44	138,75	87,8	140,85	530,35	136,84	7,07

за

Директор

/Банникова Т.Н./

Урав. Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

ер

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 11.05.2021 года

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

N рец.	П/Е Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. г/ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
260/2013	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,22	11,31	28,31	4235,94	0,109	0,17	1,335	60,4	129,12	142,93	30,91	0,58
100/2013	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15	3,84	3,92		550,60	0,015	0,05	0,111	34,5	135,00	88,50	7,50	0,14
517/2013	ЙОГУРТ	100	4,10	1,80	5,90	056,20	0,030	0,15	0,601	10,0	124,00	95,00	15,00	0,10
497/2013	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,86	4,00	31,61	0181,86	0,067	0,21	1,693	26,0	163,15	149,75	39,45	1,31
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,052	0,01	,5		9,00	29,25	6,30	0,50

Итого по подменю: 36,54 руб.

21,44 21,39 87,96 930,08 0,254 0,59 3,736 130,9 560,27 505,43 99,16 2,63

ОБЕД

1/2013	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	80	2,96	8,19	13,27	138,62	0,088	0,10	49,802		72,15	79,80	47,52	1,23
147/2013	СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,87	2,96	20,79	121,25	0,125	0,07	16,509		15,20	63,55	24,05	0,99
406/2013	ПЛОДЫ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	190	25,76	27,95	34,45	7492,33	0,169	0,22	3,891	87,7	28,47	271,94	50,09	2,17
511/2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ	200	0,30	0,12	17,16	70,92	0,019	0,01	60,004		11,25	9,90	9,30	0,44
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,052	0,01	,5		9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,034	0,01	,7		5,52	25,44	6,00	0,74

Итого по подменю: 75,50 руб.

37,18 39,92 116,76 774,92 0,458 0,42 130,190 87,7 141,59 479,88 143,26 6,07

5€

Итого за день:

58,62 61,31 204,72 605,00 0,703 1,01 133,927 218,6 701,86 985,31 242,42 8,70

икс

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

П

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 11.05.2021 года

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

№реж.	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															
260/2013	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	2	250	6,50	8,78	35,46	246,86	0,13	0,21	1,66	49,5	159,86	176,90	38,70	0,72
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
517/2013	ЙОГУРТ		100	4,10	1,80	5,90	56,20	0,03	0,15	0,60	10,0	124,00	95,00	15,00	0,10
497/2013	КАКАО С МОЛОКОМ	1	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	1	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
Итого по подменю:			44,67 руб.66	24,38	20,20	97,57	669,58	0,29	0,66	4,09	131,5	637,01	572,15	110,15	2,86

ОБЕД

1/2013	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	1	100	2,53	10,15	10,38	142,94	0,05	0,06	57,75		65,89	50,25	25,20	0,91
147/2013	СУП КАРТОФ.С.МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	1	250	2,87	2,96	20,79	121,25	0,12	0,07	16,50		15,20	63,55	24,05	0,99
406/2013	ПЛОВ И З ОВРАНОЙ ПТИЦЫ	5	220	29,14	35,55	40,10	596,94	0,21	0,27	4,50	87,8	30,23	335,99	62,29	3,06
511/2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ		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	1	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		36	2,81	0,50	13,43	69,48	0,04	0,01		8,28	38,16	9,00	1,12	
Итого по подменю:			84,66 руб.11	41,45	49,68	126,46	1118,73	0,49	0,44	138,75	87,8	140,85	530,35	136,84	7,07
Итого за день:				65,83	69,88	224,03	1788,31	10,78	1,10	142,84	219,3	777,86	1102,50	246,99	9,93

/ Директор / Банникова Т.Н./

Зав. производством / Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 12.05.2021 года

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

№ п/п	№ рецеп.	В Наименование блюда Ж	I Т К	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийный ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
					Б	Ж	У		В1	В2 г	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
ОБЕД																		
106/2013		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	2		80	02	0,56	0,08	1,52	9,04	0,02	0,02	5,60		13,60	24,00	11,20	0,40
143/2013		СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	7		250	09	2,44	5,76	12,27	110,66	0,09	0,08	29,15	33,5	39,24	63,48	25,00	0,91
369/2013		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	3		220	23	3,36	24,02	20,63	392,15	0,23	0,30	26,10	28,0	29,63	301,64	58,07	4,47
503/2013		КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	7		200		0,02	0,02	15,67	62,98			0,36		1,74	0,72	0,48	0,10
108/2013		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	0		50	06	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013		ХЛЕБ РЖАНОЙ	5		24	03	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.7						132,05	30,62	83,64	738,35	0,43	0,43	7	61,21	61,5	99,73	447,78	107,75	7,17
Итого за день:						132,05	30,62	83,64	738,35	0,43	0,43	7	61,21	61,5	99,73	447,78	107,75	7,17

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП

Т.Н

ИП Банникова Т.Н.

Е

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

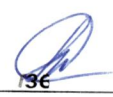
01

21

Меню на 12.05.2021 года

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

№реж.	Вс Наименование блюда Ж	по кк	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У /		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ОБЕД																
10602013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ		100		1,10	0,20	3,80	21,40	0,02	0,02	10,00		5,60	10,40	8,00	0,36
14302013	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	1	250		2,44	5,76	12,27	110,66	0,09	0,08	29,15	33,5	39,24	63,48	25,00	0,91
36902013	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	4	250		26,55	27,30	23,44	445,63	0,26	0,34	29,66	31,8	33,67	342,77	65,99	5,08
50302013	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО		200		0,02	0,02	15,67	62,98			0,36		1,74	0,72	0,48	0,10
10872013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1	50		3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
10972013	ХЛЕБ РЖАНОЙ		45		3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40
Итого по подменю: 95,00 руб.84					37,42	34,31	96,57	844,72	0,48	0,47	69,17	65,3	100,60	497,57	117,72	8,40
№	34	Итого за день:			37,42	34,31	96,57	844,72	0,48	0,47	69,17	65,3	100,60	497,57	117,72	8,40

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

АКС В

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

№

05.1

Меню на 12.05.2021 года

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

ЗАВТРАК

313/2013	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГАЗ,	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
	ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ 9,	30	0,12		19,50	78,48		0,01	0,15		4,20	2,70	2,10	0,39
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
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 5,	200	0,06	0,01	15,18	61,04			2,80		3,25	1,54	0,84	0,09
108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ 9,	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 36,54 руб.

0,32,12 16,42 98,66 670,95 0,15 0,42 3,25 72,0 205,52 330,12 49,34 1,93

ОБЕД

106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ 1,	80	0,56	0,08	1,52	9,04	0,02	0,02	5,60		13,60	24,00	11,20	0,40
143/2013	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 2,	250	2,44	5,76	12,27	110,66	0,09	0,08	29,15	33,5	39,24	63,48	25,00	0,91
369/2013	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ,	220	23,36	24,02	20,63	392,15	0,23	0,30	26,10	28,0	29,63	301,64	58,07	4,47
503/2013	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА, ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200	0,02	0,02	15,67	62,98			0,36		1,74	0,72	0,48	0,10
108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ 4,	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 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: 75,50 руб.

0,32,05 30,62 83,64 738,35 0,43 0,43 61,21 61,5 99,73 447,78 107,75 7,17

1,1

Итого за день: 0,64,17 47,04 182,30 1409,30 0,58 0,85 64,46 133,5 305,25 777,90 157,09 9,10

Зав:

Директор

Банникова Т.Н./

Зав. производством

Журавлева Л.Л./

06

ИП Банникова Т.Н.

ви

5.1

Меню на 12.05.2021 года

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			В1	Б	Ж	С		У	В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК																
313/2013	ЗАПЕКАЙКА ИЗ ТВОРОГА	180	0,	32,47	16,20	0,	28,18	388,51	0,11	0,45	0,92	71,4	264,85	364,86	49,38	0,84
	ПОВИДЛО "ФРУКТОВОЕ"	45		0,18		0,	29,25	117,72		0,01	0,15		4,20	2,70	2,10	0,39
590/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	45	0,	3,38	4,41		33,48	187,11	0,04	0,02		4,5	13,05	40,50	9,00	0,95
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,06	0,02		15,18	61,04		0	2,80		3,25	1,54	0,84	0,09
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

Итого по Завтраку: 44,67 руб.

0,39,89 21,03,130,69 871,58 0,21 0,68,7 3,87 75,9 295,35 442,10 68,32 2,82

ОБЕД

106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	100	0,	1,10	0,20	0,	3,80	21,40	0,02	0,02	10,00		5,60	10,40	8,00	0,36
143/2013	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	0,	2,44	5,76	0,	12,27	110,66	0,09	0,08	29,15	33,5	39,24	63,48	25,00	0,91
369/2013	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	0,	26,55	27,30	0,	23,44	445,63	0,26	0,63	29,66	31,8	33,67	342,77	65,99	5,08
503/2013	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200		0,02	0,02		15,67	62,98		0	0,36		1,74	0,72	0,48	0,10
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	45	0,	3,51	0,63		16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40

Итого по Обеду: 84,66 руб.

0,37,42 34,39,96,57 844,72 0,48 0,14,7 69,17 65,3 100,60 497,57 117,72 8,40

11

Итого за день: 0,77,31 55,38,227,26 1716,30 0,69 1,86,4 73,04 141,3 395,95 939,67 186,04 11,22

Директор

/Банникова Т.Н./

ра Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

зв

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 13.05.2021 года

е
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	P	Mg	Fe	
ОБЕД															
59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	80	1,11	8,07	6,46	102,27	0,02	0,03	7,24		27,36	31,52	15,96	1,01	
161/2013	СУП-ПОРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	3,05	5,29	13,04	111,72	0,08	0,11	18,74	27,5	72,55	82,65	28,03	0,75	
381/2013	БИТОНЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ 85	80	15,61	11,55	11,85	213,18	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	222,13	0,09	0,03		26,8	11,30	46,38	8,16	0,83	
508/2013	КОМПОСТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,67	0,03	32,97	134,32	0,01	0,01	0,61		34,31	23,49	9,15	1,88	
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 68	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44	
109/2013	ХЛЕБ РУКАНОЙ 95	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.

30,99 31,79, 128,96 925,92 0,33 0,981 26,59 76,7 169,62 376,38 90,16 7,69

Итого за день:

30,99 31,79, 128,96 925,92 0,33 0,981 26,59 76,7 169,62 376,38 90,16 7,69

за

Директор

/Банникова Т.Н./

а Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 13.05.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа" "Навигатор" 11-18 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														
59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,39	10,08	8,07	128,59	0,02	0,04	9,05		34,20	39,40	19,95	1,27
161/2013	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	3,05	5,29	13,04	5111,98	0,08	0,11	18,74	27,5	72,55	82,65	28,03	0,75
381/2013	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	18,31	19,77	14,82	0310,48	0,08	0,17		28,0	14,08	186,45	24,16	2,72
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,19	36,01	8222,32	0,09	0,03		26,8	11,30	46,38	8,16	0,83
508/2013	КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,67	0,03	32,97	134,82	0,01	0,01	0,61		34,31	23,49	9,15	1,88
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: 95,00 руб.

34,35 42,06 136,00 1059,99 0,36 0,38 28,40 82,3 180,96 433,06 101,75 8,69

Итого за день:

34,35 42,06 136,00 1059,99 0,36 0,38 28,40 82,3 180,96 433,06 101,75 8,69

Директор

Банникова Т.Н. / /

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н."

кее

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

М

Меню на 13.05.2021 года

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

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														
264/2013	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,23	7,11	37,20	241,65	0,16	0,20	1,30	40,0	137,35	195,90	38,00	1,89
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
565/2013	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ 4,1	60	4,38	2,52	34,62	178,66	0,07	0,03		9,6	9,59	38,50	6,85	0,54
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 4,1	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
Итого, по подменю: 36,54 руб														

Итого по подменю: 36,54 руб.

20,53 16,29 101,29 633,77 0,31 0,744 2,71 104,1 408,24 432,40 70,55 3,03

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
161/2013	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	3,05	5,29	13,04	111,98	0,08	0,11	18,74	27,5	72,55	82,65	28,03	0,75
381/2013	БИТОК ИЗ ГОВЯДИНЫ 1,1	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
508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,67	0,03	32,97	134,82	0,01	0,01	0,61		34,31	23,49	9,15	1,88
108/2013	ХЛЕБ, ПШЕНИЧНЫЙ 9,1	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
109/2013	ХЛЕБ, РЖАНОЙ 8,1	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.

30,99 31,79 128,96 925,92 0,33 0,931 26,59 76,7 169,62 376,38 90,16 7,69

Итого за день:

51,52 48,08 230,25 1559,69 0,64 1,675 29,30 180,8 577,86 808,78 160,71 10,72

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

ОЕ

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

5.1

Меню на 13.05.2021 года

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

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г					Калорийн. ккал/сг	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			В1	Б	Ж	С	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК																
264/2013	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	0,0	9,03	8,92	46,55	3027,63	0,20	0,24	1,63	50,2	171,70	244,89	47,50	2,36	
100/2013	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	20	0,0	5,12	5,22		67,84	0,01	0,07	0,14	45,0	180,00	118,00	10,00	0,18	
565/2013	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	0,0	4,38	2,52	34,62	178,66	0,07	0,03		5,6	9,59	38,50	6,85	0,54	
501/2013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,0	2,80	2,50	14,71	922,54	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13	
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,0	3,04	0,32	19,68	93,86	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44	

ОБЕД

59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	0,0	1,39	10,08		8,07	1283,59	0,02	0,04	9,05		34,20	39,40	19,95	1,27
161/2013	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	0,0	3,05	5,29		13,04	1117,98	0,08	0,11	18,74	27,5	72,55	82,65	28,03	0,75
381/2013	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	0,0	18,31	19,77		14,82	3101,48	0,08	0,17		28,0	14,08	186,45	24,16	2,72
291/2013	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	0,0	5,64	6,19		36,01	2221,32	0,09	0,03		26,8	11,30	46,38	8,16	0,83
508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,67	0,03		32,97	1343,82	0,01	0,01	0,61		34,31	23,49	9,15	1,88
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	0,0	3,42	0,36		22,14	105,98	0,05	0,01			9,00	25,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	0,0	1,87	0,34		8,95	46,32	0,03	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74

Итого по подменю: 84,66 руб.

0,0 34,35 42,06 136,00 10598,99 0,36 0,38 28,40 82,3 180,96 433,06 101,75 8,69

Итого за день: 0,0 58,72 61,54 251,56 17957,04 0,72 0,88 31,47 208,1 670,55 950,45 185,70 12,34

Директор

/Банникова Т.Н./

г.р.

Зав. производством

/Журавлева Л.П./

ИП

ИП Банникова Т.Н.

ле

4

де

Меню на 14.05.2021 года

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

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

N рец.	I Наименование блюда	II Выход	III Пищевые вещества, г				IV Калорийн. мкг ккал	V Витамины, мг				VI Минеральные вещества, мг			
			B	Ж	У	B1		B2	C Fe	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe	
ОБЕД															
76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,26	0,41	0,16	7,34	126,76	0,05	0,04	9,40		22,00	40,81	18,46	0,78
154/2013	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	2,06	0,56	0,22	10,26	7,5105,24	0,34	0,05	20,02	7,5	29,60	54,60	22,60	0,75
372/2013	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	100/50	10,65	8,12	2,34	11,67	32,0200,35	0,08	0,18	28,25	32,0	96,85	158,38	30,34	1,71
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,18	0,36	0,68	21,66	31,7159,45	0,16	0,13	25,49	31,7	46,75	96,50	32,46	1,21
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,01	0,16	18,89	77,64	0,01	0,01	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,20	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02	0		10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,10	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01	1		10,35	47,70	11,25	1,40
Итого по подменю 95,00 руб															

Итого по подменю 95,00 руб.

24,62	0,46	0,59	111,21	1,28	73,49	0,75	0,44	87,16	71,2	222,40	434,89	125,71	7,33
-------	------	------	--------	------	-------	------	------	-------	------	--------	--------	--------	------

Итого за день:

24,62	0,46	0,59	111,21	1,28	73,49	0,75	0,44	87,16	71,2	222,40	434,89	125,71	7,33
-------	------	------	--------	------	-------	------	------	-------	------	--------	--------	--------	------

ни

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./

Н

ИП Банникова Т.Н.

арн:

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

1

Д

Меню на 14.05.2021 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																
301/2013	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,40	5,21	58	261,64	0,09	0,51	0,75	19	288,4	122,77	232,62	19,15	2,39	
105/2013	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННО	10	0,05	0,8	25	74,77	0,00	0,01		12	40,0	2,40	3,00		0,02	
579/13	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	60	4,24	0,7	53	248,61	0,06	0,05	0,08	15	40,7	17,36	42,63	6,61	0,55	
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	15,18	61,04	0,54		2,80	19		3,25	1,54	0,84	0,09	
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,0	36	105,48	0,05	0,01		10		9,00	29,25	6,30	0,50	

ОБЕД

76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,00	0,8	13	101,41	0,04	0,03	7,52	12	17,60	32,65	14,77	0,62
154/2013	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	2,06	0,6	22	105,24	0,34	0,05	20,02	15	7,5	29,60	54,60	22,60
372/2013	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	80/50	8,86	1,10	56	171,69	0,07	0,16	22,74	19	29,7	89,71	136,33	25,77
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,18	1,6	68	159,45	0,16	0,13	25,49	11	31,7	46,75	96,50	32,46
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,0	16	77,64	0,01	0,01	4,00	13	6,85	4,40	3,60	0,93
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,0	36	105,48	0,05	0,01		10	9,00	29,25	6,30	0,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	2,34	0,0	42	57,90	0,03	0,01		13	6,90	31,80	7,50	0,93

Итого по подменю: 75,50 руб. 1 21,02 32,53 100,30 778,81 0,7053 0,40 79,77 13 68,9 206,41 385,53 113,00 6,33

4

Итого за день: 42,19 70,26 182,13 1530,35 0,9057 0,98 83,40 18 438,0 361,19 694,57 145,90 9,88

ник

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

Е а

1.

ИП Банникова Т.Н.

/И/

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

1

год

Меню на 14.05.2021 года

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

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. к ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	В	Ж		У	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК															
301/2013	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	9170	15,18	0,5	24,39	3,93	6 295,94	0,61	0,57	0,85	326,5	139,13	263,59	21,71	2,71
105/2013	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННО	115	0,08	0	12,38	0,12	0 112,16	3,	0,01	1	40,0	2,40	3,00		0,02
579/13	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	660	4,24	0	7,53	40,96	0 248,61	0,40	0,05	0,08	40,7	17,36	42,63	6,61	0,55
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 1	0200	0,06		0,01	15,18	61,04	1,		2,80		3,25	1,54	0,84	0,09
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	250	3,80	0	0,40	24,60	117,20	0,30	0,02	1		10,00	32,50	7,00	0,55

ОБЕД

76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	7100	1,26	0	10,16	7,34	126,76	0,40	0,04	9,40		22,00	40,81	18,46	0,78
154/2013	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	2250	2,06	0	6,22	10,26	7 105,24	0,53	0,05	20,02	7,5	29,60	54,60	22,60	0,75
372/2013	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	100/50	10,65	1	12,34	11,67	2 200,35	0,50	0,18	28,25	32,0	96,85	158,38	30,34	1,71
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	4150	3,18	1	6,68	21,66	1 159,45	0,91	0,13	25,49	31,7	46,75	96,50	22,46	1,21
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	6200	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	250	3,80	0	0,40	24,60	117,20	0,30	0,02	1		10,00	32,50	7,00	0,55
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 3	845	3,51	0	0,63	16,79	86,85	0,40	0,01	1		10,35	47,70	11,25	1,40
Итого по подменю 2			84,66 руб.	3 4	24,62	1 4 36,59	111,21	1, 873,49	0,37	0,44	87,16	71,2	222,40	434,89	122,71 7,33

Итого за день: 47,98 1,0 81,30 196,00 3, 1708,44 0797 1,09 90,89 478,4 394,54 778,15 161,87 11,25

/Б и

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

и

ИП'Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

N

.0

а

Меню на 14.05.2021 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" дот11-18л

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
ОБЕД														
76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,26	10,16	7,34	126,76	0,05	0,04	9,40		22,00	40,81	18,46	0,78
154/2013	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	2,06	6,22	10,26	105,24	0,34	0,05	20,02	7,5	29,60	54,60	22,60	0,75
372/2013	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	100/50	10,65	12,34	11,67	200,35	0,08	0,18	28,25	32,0	96,85	158,38	30,34	1,71
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	КОМПОТ ИЗ 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	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	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40

Итого по подменю: 84,66 руб.

24,62 36,59 111,21 873,49 0,75 0,44 87,16 71,2 222,40 434,89 125,71 7,33

Итого за день:

24,62 36,59 111,21 873,49 0,75 0,44 87,16 71,2 222,40 434,89 125,71 7,33

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Журавлева Л.Л./