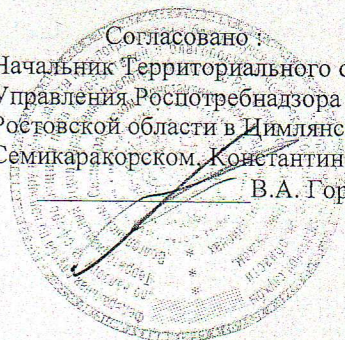


Согласовано:  
 Начальник Территориального отдела  
 Управления Роспотребнадзора по  
 Ростовской области в Димляном, Волгодонском,  
 Семикаракорском, Константиновском, Мартыновском районах  
 В.А. Гордеев.



ИП Сошнянина О.В.

**Двухнедельное меню для учащихся 1 – 11 классов**  
 (Сборник рецептов для предприятий общественного питания 2005  
 год автор Здобнов А.И., Цыганенко В.А.)  
 (горячее питание) сентябрь-декабрь 2017 г.  
 МБОУ Лагутнинская СОШ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Уг-ды	К.кал.	Цена
<b>1 день</b>						
Макарон изд отварные со слив маслом	150/5	6,9	5,6	39,8	235	3,84
Котлета с томатным соусом	60/20	10	17	10,2	272	21,07
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25	122	2,40
Помидор соленый (свежий)	20	0,7	0	1,9	7,5	2,49
Сок фруктовый	200	0,8	-	20,6	<b>88</b>	<b>8,20</b>
		22,2	23	97,5	<b>724,5</b>	
					итого	38,00
<b>2 день</b>						
Картофельное пюре со слив. маслом	150/5	3,2	6,3	42,3	290	8,41
Рыба (минтай) тушеная с овощами и томатом	100	16,8	16,1	21	225	24,47
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25,0	122	2,40
Чай с сахаром	200	0,2	-	15	57	1,84
		24	22,8	103,3	694	
					итого	38,00
<b>3 день</b>						
Плов из курицы	50/150	18,1	12,3	46,5	318	22,26
Зел. горошек консервированный	20	0,5	0,02	2,5	14	2,64
Хлеб пшеничный	40	7,6	0,8	50,0	244	2,40
Блинчик со сгущ.молоком	50/10					8,86
Чай с сахаром	200	0,2	-	15	57	1,84

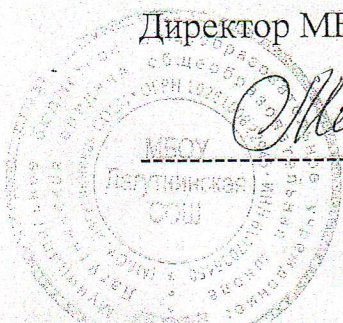
		30,8	19,2	142,5	963,5	
					<b>итого</b>	<b>38,00</b>
<b>4 день</b>						
Пюре картофельное со сливочным маслом	150/10	3,2	6,3	42,3	290	9,29
Тефтели с томатным соусом	60/20	15,6	19,4	12,9	272	20,73
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	25,0	122	2,40
Огурец соленый(свежий)	20	0,3	-	2,1	10,5	3,74
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57	1,84
		23,1	26,1	97,3	751,5	
					<b>итого</b>	<b>38,00</b>
<b>5 день</b>						
Пельмени отварные со сливочным маслом	220/10	18	23,6	35,8	488	33,76
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57	1,84
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25	122	2,40
		22	24	92,8	758	
					<b>итого</b>	<b>38,00</b>

<b>6 день</b>	Гр.					
Макарон изд. отварные со слив маслом	150/5	6,9	5,6	39,8	235	3,84
Сосиска отварная с томатным соусом	60/20	5,8	15,7	2,9	238	14,80
Оладьи со сгущ. молоком	55/20	12	19,6	35	180	15,12
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57	1,84
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25,0	122	2,40
		28,7	41,3	117,7	<b>832</b>	
						<b>38,00</b>
<b>7 день</b>						
Гречка отвар. со слив. маслом	100/5	6,7	12	38	186	4,77
Курица тушеная с овощами	70/20	18,4	15,3	10	228	26,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25,0	122	2,40
Свекла отварная	50	1,9	0,1	10,5	89	2,99
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57	1,84
		31,6	27,8	112	765	
						38,00
<b>8 день</b>						

Рагу овощное с мясом птицы	250	13,7	23,1	42,1	350	23,71
Блинчик с джемом	60	12	19,6	68	220	11,87
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	1,84
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	25,0	122	2,40
		29,7	43,1	150,1	750	
					Итого	38,00
<b>9 день</b>						
Рис отварной со слив. маслом	150/5	3,2	7,6	39,8	235	4,89
Котлета с томатным соусом	60/20	10	17	10,2	272	21,07
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	25,0	122	2,40
Салат из квашеной капусты	55	0,5	4,1	28	72	5,90
Компот из сухофруктов	200	0,8	-	28,5	140	3,74
		18,3	29,1	131,5	841	
					Итого	38,00
<b>10 день</b>						
Пюре картофельное со сливочным маслом	150/10	3,2	6,3	42,3	290	9,29
Сосиска отварная с томатным соусом	60/20	5,8	15,7	2,9	238	14,80
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	25,0	122	2,40
Чай с сахаром	200	0,2	-	15	57	1,84
Винегрет овощной	110	1,2	10,8	86	165	9,67
		14,2	33,2	171,2	872	
					Итого	38,00

Согласовано :

Директор МБОУ Ларутнинская СОШ



Мокроусова О.В.