

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №48

Кристенкова Р. А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев



День/неделя: Понедельник-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1721	Каша рисовая молочная с маслом 1/150	150	3,555	5,081	24,359	157,388
17	Бутерброд ГОРЯЧИЙ с отварным мясом птицы и сыром 30/30/15	75	16,175	10,622	15,767	223,366
1713	Кофейный напиток с молоком 1/180	180	1,633	1,360	17,576	89,079
-/	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,000	0,200	8,000	43,000
Итого за _Завтрак		505	22,013	17,364	66,652	510,933
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 класс)						
1824	Салат из моркови с кукурузой 1/60	60	0,802	2,441	4,517	43,241
1275	Суп-харчо по-домашнему на бульоне 1/200	200	4,432	6,488	17,398	145,711
1432	Биточек куриный запеченный в соусе 1/90	90	12,292	12,942	12,962	217,494
1448	Рагу из овощей 1/150	150	2,772	7,126	18,881	150,744
1201	Компот из изюма 1/200	200	0,435	0,090	24,900	102,150
-/	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,4	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		740	23,133	29,487	99,457	755,740
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Понедельник-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1721	Каша рисовая молочная с маслом 1/200	200	4,740	6,775	32,479	209,851
17	Бутерброд ГОРЯЧИЙ с отварным мясом птицы и сыром 30/30/15	75	16,175	10,622	15,767	223,366
1713	Кофейный напиток с молоком 1/180	180	1,633	1,360	17,576	89,079
-/	Фрукты свежие по сезону (у)1/100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за _Завтрак		555	23,198	19,058	74,772	563,396
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 класс)						
1824	Салат из моркови с кукурузой 1/100	100	1,336	4,068	7,528	72,068
1275	Суп-харчо по-домашнему на бульоне 1/250	250	5,539	8,110	21,747	182,139
1432	Биточек куриный запеченный в соусе 1/100	100	15,499	16,337	15,869	272,500
1448	Рагу из овощей 1/180	180	3,327	8,551	22,657	180,892
1201	Компот из изюма 1/180	180	0,392	0,081	22,410	91,935
-/	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		850	28,492	37,547	111,011	895,935
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №48

М.Е. П. Ю.
 для должности директора МАОУ СОШ №48
 [Подпись]



"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвач

День/неделя: Вторник-1		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо		Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
		60	0,749	3,654	4,274	52,979
1801	Салат из моркови с маслом 1/60	200	17,499	17,413	29,310	343,955
1702	Жаркое по-домашнему с курицей 1/200	205	0,165	0,036	15,191	61,746
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	40	2,400	0,400	20,800	96,400
-/-	Хлеб пшеничный 1/40	505	20,813	21,503	69,575	555,080
Итого за _Завтрак						92,4
Стоимость завтрака 1-4 классы						
Обед (1-4 класс)						
		60	0,981	3,653	4,185	53,545
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/60	200	4,066	6,943	10,813	122,004
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	90	14,848	16,636	3,295	222,297
123	Мясо тушеное (свинина) 1/90	150	6,878	5,119	35,774	216,673
1680	Каша гречневая с маслом 1/150	200	0,240	0,020	16,428	66,854
656	Напиток из шиповника 1/200	20	1,200	0,200	10,400	48,200
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	740	29,412	32,772	91,294	777,772
Итого за Обед						92,4
Стоимость обеда 1-4 классы						
День/неделя: Вторник-1		Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо		Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
		100	1,248	6,090	7,124	88,298
1801	Салат из моркови с маслом 1/100	200	17,499	17,413	29,310	343,955
1702	Жаркое по-домашнему с курицей 1/200	205	0,165	0,036	15,191	61,746
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	50	3,000	0,500	26,000	120,500
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	555	21,912	24,039	77,625	614,499
Итого за _Завтрак						99,6
Стоимость завтрака 5-11 классы						
Обед (5-11 класс)						
		100	1,571	4,088	6,633	69,608
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	250	5,082	8,679	13,516	152,505
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	100	16,498	18,485	3,662	246,997
123	Мясо тушеное (свинина) 1/100	180	8,253	6,143	42,928	260,007
1680	Каша гречневая с маслом 1/180	180	0,216	0,018	14,785	60,169
656	Напиток из шиповника 1/180	20	1,200	0,200	10,400	48,200
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	850	34,020	37,813	102,323	885,685
Итого за Обед						99,6
Стоимость обеда 5-11 классы						

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №48

Крылова Р. А.



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СОКОЛО"
 Д.Н. Урвач

День/неделя: Среда-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1079	Омлет с курицей и картофелем 1/200	200	22,423	21,592	6,430	309,736
653	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
1707	Какао с молоком 1/180	180	3,170	2,466	18,272	107,960
-/-	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,400	0,400	10,000	47,000
		510	28,042	24,658	49,252	531,096
Итого за _Завтрак						92,4
Стоимость завтрака 1-4 классы						
Обед (1-4 классы)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/60	60	0,888	3,662	4,518	54,586
1758	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200	200	4,518	6,461	13,385	129,762
1812	Рыба запеченная в белом соусе 1/90	90	14,413	7,199	21,328	207,751
1720	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	3,404	4,904	22,940	149,511
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,000	0,000	26,000	104,003
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
		740	25,623	22,626	108,971	742,012
Итого за Обед						92,47
Стоимость обеда 1-4 классы						
День/неделя: Среда-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1077	Омлет с курицей и картофелем 1/200	200	22,423	21,592	6,430	309,736
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
1707	Какао с молоком 1/200	200	3,522	2,740	20,302	119,956
-/-	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
		550	29,595	25,132	61,682	591,292
Итого за _Завтрак						99,64
Стоимость завтрака 5-11 классы						
Обед (5-11 классы)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/100	100	1,480	6,104	7,530	90,976
103	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	250	5,647	8,077	16,731	162,202
1812	Рыба запеченная в белом соусе 1/100	100	18,732	8,611	26,700	259,227
1720	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	4,084	5,885	27,528	179,413
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	0,000	0,000	23,400	93,602
653	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
		860	32,944	29,177	127,889	905,921
Итого за Обед						99,64
Стоимость обеда 5-11 классы						

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МАОУ СОШ №48



"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СОКОЛО"
Д.Н. Урвач

День/неделя: Четверг-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1817	Салат из сырых овощей 1/60	60	0,883	2,453	4,283	42,737
671	Котлета Домашняя с соусом сметанно-томатным 1/90	90	11,233	16,698	14,121	251,694
1669	Макаронны отварные с маслом 1/150	150	6,901	4,531	45,971	252,263
1665	Чай заварной с молоком 1/180	180	1,458	1,153	15,652	78,814
653	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
		510	22,275	25,133	95,627	697,807
Итого за Завтрак						92,4
Стоимость завтрака 1-4 классы						
Обед (1-4 классы)						
462	Винегрет овощной 1/60	60	0,772	4,879	4,745	65,981
1442	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	4,098	6,951	8,281	112,076
1443	Плов с курицей 1/200	200	16,904	16,704	41,976	385,856
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	0,160	0,060	16,920	68,860
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
		700	24,334	28,995	92,722	729,173
Итого за Обед						92,4
Стоимость обеда 1-4 классы						
День/неделя: Четверг-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1817	Салат из сырых овощей 1/100	100	1,471	4,088	7,138	71,228
671	Котлета Домашняя с соусом сметанно-томатным 1/100	100	14,098	19,887	16,385	300,914
1669	Макаронны отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
1665	Чай заварной с молоком 1/180	180	1,458	1,153	15,652	78,814
653	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
		590	27,108	30,865	109,940	825,971
Итого за Завтрак						99,6
Стоимость завтрака 5-11 классы						
Обед (5-11 классы)						
462	Винегрет овощной 1/100	100	1,286	8,132	7,909	109,968
1442	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	5,122	8,689	10,351	140,095
1443	Плов с курицей 1/250	250	21,130	20,880	52,470	482,320
1658	Компот из ягод з/м 1/180	180	0,144	0,054	15,228	61,974
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
		820	30,082	38,155	106,758	890,757
Итого за Обед						99,6
Стоимость обеда 5-11 классы						

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ СОШ №48
 МЕНЮ
 для обучающихся в МАОУ СОШ №48
 Котляшкова Р. А.

СОКОЛОВ УТВЕРЖДАЮ
 Соколов Д. П.
 Генеральный директор ООО "СОКОЛ"
 Д.П. Урва

День/неделя: Пятница-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(1-4 класс)						
1755	Запеканка творожная с ягодным соусом 1/100/50	150	16,334	11,810	40,359	333,058
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,240	0,020	16,428	66,854
-/-	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,800	0,200	7,500	38,000
-/-	Фрукт свежий (мандарин)	500	20,224	12,630	91,737	561,512
Итого за _Завтрак						92
Стоимость завтрака 1-4 классы						
Обед(1-4 класс)						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/60	60	0,981	3,653	4,185	53,545
1764	Суп гороховый на бульоне 1/200	200	7,358	6,631	15,725	152,012
134	Тефтели мясная в соусе 1/90	90	10,727	13,461	11,051	208,257
1711	Картофель отварной с маслом 1/150	150	3,053	4,406	24,524	149,960
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,080	0,080	16,960	68,880
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
740	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	740	24,598	28,632	93,244	729,054
Итого за Обед						92
Стоимость обеда 1-4 классы						
День/неделя: Пятница-1						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(5-11 класс)						
1755	Запеканка творожная с ягодным соусом 1/150/50	200	24,442	17,696	54,724	475,922
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,240	0,020	16,428	66,854
-/-	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,650	0,300	8,950	41,100
-/-	Фрукт свежий (мандарин)	550	28,332	18,516	106,101	704,376
Итого за _Завтрак						99
Стоимость завтрака 5-11 классы						
Обед(5-11 класс)						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,571	4,088	6,633	69,608
1764	Суп гороховый на бульоне 1/250	250	9,197	8,289	19,656	190,015
134	Тефтели мясная в соусе 1/100	100	14,037	17,158	13,681	265,298
1711	Картофель отварной с маслом 1/180	180	3,645	5,284	29,282	179,261
1690	Компот из яблок 1/180	180	0,072	0,072	15,264	61,992
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
850	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	850	30,923	35,291	105,315	862,574
Итого за Обед						99
Стоимость обеда 5-11 классы						