

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

1 неделя

1 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Каша "Дружба" молочная жидкая	250	22	15,5	51,25	432,5
	Блинчик с начинкой	70	4,2	2,8	28	154
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Итого за Завтрак		550	28,65	19,22	109,68	726,36
Обед						
	Суп вермишелевый с мясом 250/10	260	4,5	9,95	15,71	170,64
	Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67
	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,13	6,99	45,76	286,06
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	30,71	48,89	101,23	968,68
Полдник						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из яблок сушеных	200	0,24	0,01	20,46	83,69
Итого за Полдник		420	12	14,26	71,38	465,52
Итого за день		1 770	71,36	82,37	282,29	2 160,56

Директор

Бухгалтер

Зав. производством



Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

1 неделя

2 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,58	285,32
	Макаронные изделия отварные	200	9,51	5,76	60,71	332,98
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого за Завтрак		550	26	31,79	100,01	790,61
Обед						
	Борщ со свежей капустой, картофелем	280	2,34	5,83	15,15	123,13
	Тефтели с соусом 50/50	100	7,23	16,91	12,43	231,14
	Рис отварной	180	4,58	4,69	48,02	252,67
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	16,95	27,88	102,42	728,25
Полдник						
	Выпечное изделие	100	5,23	8,25	45,68	278,89
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из сухофруктов	200	0,44	0,02	25,77	112,66
Итого за Полдник		420	6,15	8,75	83,21	447,95
Итого за день		1 770	49,1	68,42	285,64	1 966,81

Директор

Бухгалтер

Зав. производством



Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

1 неделя

3 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	13	14,5	55	402,5
	Бутерброд с маслом,сыром 10/10/40	60	8,28	13,63	20,69	239,7
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Батон йодированный	40	3	1,16	20,56	104,8
Итого за Завтрак		550	24,48	29,34	106,27	788,31
Обед						
	Суп картофельный с горохом.	280	7,86	4,9	24,29	173,11
	Рагу из овощей с мясом	280	14,45	36,12	52,36	587,72
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	25,11	41,47	108,46	902,09
Полдник						
	Выпечное изделие	100	9,52	10,74	70,7	417,14
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из шиповника с изюмом	200	0,6	0,14	23,22	101,22
Итого за Полдник		420	10,6	11,36	105,68	574,76
Итого за день		1 770	60,19	82,17	320,41	2 265,16

Директор

Бухгалтер

Зав. производством




Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

1 неделя

4 день

12-18 лет						
Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углево ды	
Завтрак						
	Тефтели с соусом 50/50	100	7,23	16,91	12,43	231,14
	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,13	6,99	45,76	286,06
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого за Завтрак		550	21,31	25,4	93,91	689,51
Обед						
	Щи из свежей капусты с картофелем	280	2,46	5,85	11,41	109,27
	Плов со свиной	250	16,42	32,47	59,52	596,6
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
	Батон йодированный	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Итого за Обед		800	23,93	39,64	118,16	925,73
Полдник						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из яблок сушеных	200	0,24	0,01	20,46	83,69
Итого за Полдник		420	12	14,26	71,38	465,52
Итого за день		1 770	57,24	79,3	283,45	2 080,76

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

1 неделя

5 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углево-ды	
Завтрак						
	Пудинг из творога с джемом 120/20	140	19,5	7,4	35,79	289,76
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Сок в инд.упаковке/ Фрукт*	200	1	0,2	20,2	92
	Батон йодированный	20	1,5	0,58	10,28	52,4
Итого за Завтрак		560	23,59	8,76	78,85	496,17
Обед						
	Суп картофельный с крупой	280	2,63	3,35	19,11	117,52
	Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67
	Макаронные изделия отварные	180	8,56	5,18	54,64	299,69
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	27,27	40,48	118,5	949,14
Полдник						
	Выпечное изделие	100	5,23	8,25	45,68	278,89
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из сухофруктов	200	0,44	0,02	25,77	112,66
Итого за Полдник		420	6,15	8,75	83,21	447,95
Итого за день		1 790	57,01	57,99	280,56	1 893,26

Директор

Бухгалтер

Зав. производством




Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

1 неделя

6 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,58	285,32
	Рис отварной	200	5,09	5,22	53,36	280,74
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого за Завтрак		550	21,58	31,25	97,65	758,32
Обед						
	Суп из овощей	280	2,08	5,92	12,49	113,12
	Жаркое по-домашнему	250	11,45	41,25	46,25	602
	Овощи по сезону	30	0,24	0,03	0,51	3,9
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	16,57	47,65	91,06	860,28
Полдник						
	Выпечное изделие	100	9,52	10,74	70,7	417,14
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Чай с сахаром	200	0,25	0,06	15,16	62,96
Итого за Полдник		420	10,25	11,28	97,62	536,5
Итого за день		1 775	48,4	90,18	286,33	2 155,1

Директор

Бухгалтер

Зав. производством




Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

2 неделя

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	12	10,75	55	364,75
	Бутерброд с маслом,сыром 10/10/40	60	8,28	13,63	20,69	239,7
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	40	3	1,16	20,56	104,8
Итого за Завтрак		550	23,48	25,59	111,26	770,51
Обед						
	Суп вермишелевый с мясом 250/10	260	4,5	9,95	15,71	170,64
	Тефтели с соусом 50/50	100	7,23	16,91	12,43	231,14
	Рис отварной	200	5,09	5,22	53,36	280,74
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	19,62	32,53	108,32	803,83
Полдник						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из сухофруктов	200	0,44	0,02	25,77	112,66
Итого за Полдник		420	12,2	14,27	76,69	494,49
Итого за день		1 770	55,3	72,39	296,27	2 068,83

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

2 неделя

2 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,58	285,32
	Макаронные изделия отварные	200	9,51	5,76	60,71	332,98
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого за Завтрак		550	26	31,79	105	810,56
Обед						
	Суп картофельный с крупой	280	2,63	3,35	19,11	117,52
	Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,12	6,29	41,18	257,45
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	27,83	41,59	105,04	906,9
Полдник						
	Выпечное изделие	100	5,23	8,25	45,68	278,89
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
Итого за Полдник		420	5,91	8,78	72,45	396,55
Итого за день		1 770	59,74	82,16	282,49	2 114,01

Директор

Бухгалтер

Зав. производством



Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

2 неделя

3 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углево-ды	
Завтрак						
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	13	14,5	55	402,5
	Блинчики	90	5,4	9	36	246,55
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Батон йодированный	40	3	1,16	20,56	104,8
Итого за Завтрак		580	21,6	24,71	121,58	795,16
Обед						
	Борщ со свежей капустой, картофелем	280	2,34	5,83	15,15	123,13
	Плов со свининой	250	16,42	32,47	59,52	596,6
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
	Батон йодированный	30	2,25	0,87	15,42	78,6
Итого за Обед		800	23,81	39,62	116,91	919,64
Полдник						
	Выпечное изделие	100	9,52	10,74	70,7	417,14
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из яблок сушеных	200	0,24	0,01	20,46	83,69
Итого за Полдник		420	10,24	11,23	102,92	557,23
Итого за день		1 800	55,65	75,56	341,41	2 272,03

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

2 неделя

4 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Тефтели с соусом 50/50	100	7,23	16,91	12,43	231,14
	Рис отварной	200	5,09	5,22	53,36	280,74
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого за Завтрак		550	16,27	23,63	106,5	704,14
Обед						
	Суп картофельный с горохом.	280	7,86	4,9	24,29	173,11
	Рагу из овощей с мясом	280	14,45	36,12	52,36	587,72
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	25,11	41,47	103,47	882,14
Полдник						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из шиповника с изюмом	200	0,6	0,14	23,22	101,22
Итого за Полдник		420	12,36	14,39	74,14	483,05
Итого за день		1 770	53,74	79,49	284,11	2 069,33

Директор

Бухгалтер

Зав. производством



Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агросфирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

2 неделя

5 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67
	Макаронные изделия отварные	200	9,51	5,76	60,71	332,98
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого за Завтрак		550	26,74	38,76	114,36	915,91
Обед						
	Щи из свежей капусты с картофелем	280	2,46	5,85	11,41	109,27
	Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,58	285,32
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,12	6,29	41,18	257,45
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	26,92	37,12	87,98	793,3
Полдник						
	Выпечное изделие	100	5,23	8,25	45,68	278,89
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Напиток из сухофруктов	200	0,44	0,02	25,77	112,66
Итого за Полдник		420	6,15	8,75	83,21	447,95
Итого за день		1 770	59,81	84,63	285,55	2 157,16

Директор

Бухгалтер

Зав. производством




Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



Меню

12-18 лет

2 неделя

6 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Плов со свиной	300	19,7	38,96	71,42	715,91
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
Итого за Завтрак		550	23,65	40,46	112,13	908,17
Обед						
	Суп из овощей	280	2,08	5,92	12,49	113,12
	Жаркое по-домашнему	250	11,45	41,25	46,25	602
	Овощи по сезону	30	0,24	0,03	0,51	3,9
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		800	16,57	47,65	91,06	860,28
Полдник						
	Выпечное изделие	100	9,52	10,74	70,7	417,14
	Фрукт*	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	Чай с сахаром	200	0,25	0,06	15,16	62,96
Итого за Полдник		420	10,25	11,28	97,62	536,5
Итого за день		1 775	50,47	99,39	300,81	2 304,95

Директор

Бухгалтер

Зав. производством



Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.