

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>	<b>780</b>	<b>41</b>	<b>31</b>	<b>123</b>	<b>929</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>39</b>	<b>24</b>	<b>103</b>	<b>785</b>	
	Котлеты из мяса	90	14,24	18,60	14,89	283,88	339/1
	Пюре из гороха с маслом	200	20,15	4,97	48,59	319,75	389/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
ПОЛДНИК		<b>230</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>144</b>	
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>	<b>785</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>130</b>	<b>664</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>101</b>	<b>538</b>	
	Бутерброды с джемом	30	1,56	0,18	16,32	73,13	72/73/1
	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,42	8,13	40,18	259,60	236/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	40	3,04	0,36	19,64	93,94	2/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
ПОЛДНИК		<b>235</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>126</b>	
	Бутерброды с джемом или повидлом	35	1,58	0,18	19,57	86,21	72/73/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>	<b>780</b>	<b>24</b>	<b>17</b>	<b>92</b>	<b>613</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>22</b>	<b>10</b>	<b>72</b>	<b>470</b>	
	Салат из моркови отварной	50	0,59	3,05	5,61	52,12	21/1
	Рыба, запеченная с картофелем по-русс	240	16,45	6,45	27,62	234,32	250/1
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		10,00	41,82	495/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
ПОЛДНИК		<b>230</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>144</b>	
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>	<b>785</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>129</b>	<b>667</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>100</b>	<b>541</b>	
	Бутерброды с джемом	30	1,56	0,18	16,32	73,13	72/73/1
	Каша манная молочная жидкая	250	7,82	8,29	39,12	262,41	230/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	40	3,04	0,36	19,64	93,94	2/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
ПОЛДНИК		<b>235</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>126</b>	
	Бутерброды с джемом или повидлом	35	1,58	0,18	19,57	86,21	72/73/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>	<b>780</b>	<b>28</b>	<b>23</b>	<b>115</b>	<b>786</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>95</b>	<b>643</b>	
	Печень говяжья по-строгановски	100	14,14	11,22	8,16	190,13	356/1
	Макаронные изделия отварные	180	6,80	5,10	43,13	245,59	256/1
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		10,00	41,82	495/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	40	3,04	0,36	19,64	93,94	2/1
ПОЛДНИК		<b>230</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>144</b>	
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>	<b>785</b>	<b>18</b>	<b>10</b>	<b>135</b>	<b>703</b>	
ЗАВТРАК		<b>550</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>105</b>	<b>576</b>	
	Бутерброды с джемом	30	1,56	0,18	16,32	73,13	72/73/1
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9,29	9,25	44,46	298,13	235/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	40	3,04	0,36	19,64	93,94	2/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
ПОЛДНИК		<b>235</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>126</b>	
	Бутерброды с джемом или повидлом	35	1,58	0,18	19,57	86,21	72/73/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>	<b>780</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>116</b>	<b>666</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>96</b>	<b>522</b>	
	Бутерброды с джемом	30	1,56	0,18	16,32	73,13	72/73/1
	Каша "Дружба"	250	6,47	8,30	33,94	236,24	229/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	40	3,04	0,36	19,64	93,94	2/1
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,08		11,94	48,08	486/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>144</b>	
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>	<b>785</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>129</b>	<b>667</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>100</b>	<b>541</b>	
	Бутерброды с джемом	30	1,56	0,18	16,32	73,13	72/73/1
	Каша манная молочная жидкая	250	7,82	8,29	39,12	262,41	230/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	40	3,04	0,36	19,64	93,94	2/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>235</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>126</b>	
	Бутерброды с джемом или повидлом	35	1,58	0,18	19,57	86,21	72/73/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Красноивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>	<b>880</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>118</b>	<b>702</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>650</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>98</b>	<b>558</b>	
	Бутерброды с джемом	30	1,56	0,18	16,32	73,13	72/73/1
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,35	8,94	24,92	209,40	139/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	40	3,04	0,36	19,64	93,94	2/1
	Чай с молоком	200	1,45	1,60	12,36	69,64	460/1
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	/0
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>144</b>	
	Бутерброды с маслом	30	1,65	6,33	9,99	103,52	70/71/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ "Краснонивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>785</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>88</b>	<b>590</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>59</b>	<b>464</b>	
	Тефтели из мяса в молочном соусе	90	9,93	13,01	7,45	186,64	349/1
	Капуста тушеная	200	3,15	3,86	12,03	95,48	380/1
	Хлеб пшеничный вит (обед)	30	2,28	0,27	14,73	70,46	2/1
	Хлеб ржано-пшеничный вит (обед)	30	2,31	0,42	14,52	71,10	1/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>235</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>126</b>	
	Бутерброды с джемом или повидлом	35	1,58	0,18	19,57	86,21	72/73/1
	Чай с сахаром	200			10,01	40,04	457/1