

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



# Меню

1 неделя

ООО «Агрофирма-Ярославль»



| Раздел меню      | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|---------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b>   |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Блинчики с джемом 150/40        | 190       | 9,2              | 14,99 | 88,64    | 521,31                  |
|                  | Чай с сахаром, лимоном 200/10   | 210       | 0,29             | 0,06  | 15,31    | 64,66                   |
|                  | Яблоко                          | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
| Итого за Завтрак |                                 | 520       | 9,97             | 15,53 | 115,71   | 642,37                  |
| <b>Обед</b>      |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Суп вермишелевый с мясом 200/20 | 220       | 4,86             | 10,89 | 12,56    | 167,93                  |
|                  | Гуляш из свинины                | 100       | 12,54            | 24,53 | 3,58     | 285,32                  |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая      | 200       | 10,13            | 6,99  | 45,76    | 286,06                  |
|                  | Напиток из сухофруктов          | 200       | 0,44             | 0,02  | 25,77    | 112,66                  |
|                  | Хлеб ржаной                     | 55        | 3,58             | 0,55  | 23,1     | 110                     |
| Итого за Обед    |                                 | 775       | 31,55            | 42,98 | 110,77   | 961,97                  |
| <b>Полдник</b>   |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Выпечное изделие                | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                  | Сок                             | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                  | Яблоко                          | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
| Итого за Полдник |                                 | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
| Итого за день    |                                 | 1 715     | 54,28            | 72,96 | 297,6    | 2 078,17                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ 56



ООО "Агрофирма Ярославль"



# Меню

1 неделя

| Раздел меню    | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Шницель из свинины                              | 100       | 13,28            | 31,5  | 12,94    | 390,67                  |
|                | Рис отварной с овощами консервированными 200/15 | 215       | 4,47             | 4,52  | 46,49    | 244,55                  |
|                | Чай с сахаром                                   | 200       | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                   |
|                | Батончик к чаю                                  | 40        | 3                | 1,16  | 20,56    | 104,8                   |
|                | Итого за Завтрак                                | 555       | 20,95            | 37,23 | 95       | 801,28                  |
| <b>Обед</b>    |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Суп вермишелевый с мясом 250/20                 | 270       | 6,5              | 14,61 | 15,71    | 220,62                  |
|                | Гуляш из свинины                                | 100       | 12,54            | 24,53 | 3,58     | 285,32                  |
|                | Каша гречневая рассыпчатая                      | 200       | 10,13            | 6,99  | 45,76    | 286,06                  |
|                | Чай с сахаром, лимоном 200/10                   | 210       | 0,29             | 0,06  | 15,31    | 64,66                   |
|                | Хлеб ржаной                                     | 45        | 2,93             | 0,45  | 18,9     | 90                      |
|                | Итого за Обед                                   | 825       | 32,39            | 46,64 | 99,26    | 946,66                  |
| <b>Полдник</b> |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие                                | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок   | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко  | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник                                | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день                                   | 1 800     | 66,1             | 98,32 | 265,38   | 2 221,77                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



## Меню



1 неделя

| Раздел меню    | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |                                       |           |                  |       |          |                         |
|                | Каша "Дружба" жидкая                  | 260       | 19,7             | 10,41 | 52,65    | 382,98                  |
|                | Масло сливочное                       | 15        | 0,12             | 10,88 | 0,2      | 99,15                   |
|                | Сыр порционный                        | 15        | 3,9              | 3,92  |          | 51,6                    |
|                | Какао на молоке витаминизированный    | 200       | 3,14             | 3,33  | 17,88    | 115,42                  |
|                | Батон йодированный                    | 60        | 4,5              | 1,74  | 30,84    | 157,2                   |
|                | Итого за Завтрак                      | 550       | 31,36            | 30,28 | 101,57   | 806,35                  |
| <b>Обед</b>    |                                       |           |                  |       |          |                         |
|                | Суп картофельный с рыбными консервами | 200       | 4,7              | 9,12  | 14,25    | 158,25                  |
|                | Тефтели с соусом 70/50                | 120       | 10,12            | 23,68 | 17,4     | 323,6                   |
|                | Макаронные изделия отварные           | 180       | 8,56             | 5,18  | 54,64    | 299,69                  |
|                | Компот из яблок                       | 200       | 0,08             | 0,08  | 21,92    | 89,2                    |
|                | Хлеб ржаной                           | 35        | 2,28             | 0,35  | 14,7     | 70                      |
|                | Итого за Обед                         | 735       | 25,74            | 38,41 | 122,91   | 940,74                  |
| <b>Полдник</b> |                                       |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие                      | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок                                   | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко                                | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник                      | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день                         | 1 705     | 69,86            | 83,14 | 295,6    | 2 220,92                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



ООО "Агрофирма-Ярославль"



## Меню

12-18 лет

1 неделя

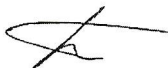

2 день

| Раздел меню    | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |                                       |           |                  |       |          |                         |
|                | Каша "Дружба" жидкая                  | 260       | 19,7             | 10,41 | 52,65    | 382,98                  |
|                | Масло сливочное                       | 15        | 0,12             | 10,88 | 0,2      | 99,15                   |
|                | Сыр порционный                        | 15        | 3,9              | 3,92  |          | 51,6                    |
|                | Какао на молоке                       | 200       | 3,14             | 3,33  | 17,88    | 115,42                  |
|                | Батон йодированный                    | 60        | 4,5              | 1,74  | 30,84    | 157,2                   |
|                | Итого за Завтрак                      | 550       | 31,36            | 30,28 | 101,57   | 806,35                  |
| <b>Обед</b>    |                                       |           |                  |       |          |                         |
|                | Суп картофельный с рыбными консервами | 250       | 5,87             | 11,4  | 17,81    | 197,81                  |
|                | Тефтели с соусом 70/50                | 120       | 10,12            | 23,68 | 17,4     | 323,6                   |
|                | Макаронные изделия отварные           | 200       | 9,51             | 5,76  | 60,71    | 332,98                  |
|                | Чай с сахаром                         | 200       | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                   |
|                | Хлеб ржаной                           | 50        | 3,25             | 0,5   | 21       | 100                     |
|                | Итого за Обед                         | 820       | 28,95            | 41,39 | 131,93   | 1 015,65                |
| <b>Полдник</b> |                                       |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие                      | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок                                   | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко                                | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник                      | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день                         | 1 790     | 73,07            | 86,12 | 304,62   | 2 295,83                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
\_\_\_\_\_  
  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

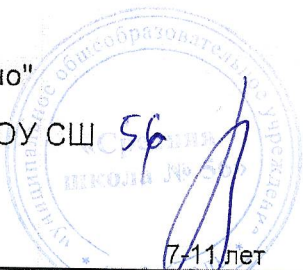
Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

56



7-11 лет

# Меню

1 неделя




| Раздел меню      | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |                                   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b>   |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                  | Пудинг из творога с джемом 120/40 | 160       | 19,6             | 7,4   | 50,11    | 344,96                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара   | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                   |
|                  | Яблоко                            | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                  | Батон йодированный                | 20        | 1,5              | 0,58  | 10,28    | 52,4                    |
| Итого за Завтрак |                                   | 500       | 21,78            | 8,51  | 82,17    | 495,07                  |
| <b>Обед</b>      |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                  | Суп картофельный с горохом.       | 250       | 7,02             | 4,38  | 21,69    | 154,56                  |
|                  | Плов со свининой                  | 250       | 16,42            | 32,47 | 59,52    | 596,6                   |
|                  | Чай с сахаром, лимоном 200/10     | 210       | 0,29             | 0,06  | 15,31    | 64,66                   |
|                  | Хлеб ржаной                       | 55        | 3,58             | 0,55  | 23,1     | 110                     |
| Итого за Обед    |                                   | 765       | 27,31            | 37,46 | 119,62   | 925,82                  |
| <b>Полдник</b>   |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                  | Выпечное изделие                  | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                  | Сок                               | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                  | Яблоко                            | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
| Итого за Полдник |                                   | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
| Итого за день    |                                   | 1 685     | 61,85            | 60,42 | 272,91   | 1 894,72                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

56



# Меню

1 неделя



| Раздел меню    | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                | Пудинг из творога с джемом 130/40 | 170       | 21,21            | 8,02  | 51,9     | 364,51                  |
|                | Чай с низким содержанием сахара   | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                   |
|                | Яблоко                            | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Батон йодированный                | 60        | 4,5              | 1,74  | 30,84    | 157,2                   |
|                | Итого за Завтрак                  | 550       | 26,39            | 10,29 | 104,52   | 619,42                  |
| <b>Обед</b>    |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                | Суп картофельный с горохом.       | 280       | 7,86             | 4,9   | 24,29    | 173,11                  |
|                | 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       | 29,33            | 38,69 | 126,05   | 969,62                  |
| <b>Полдник</b> |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие                  | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок                               | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко                            | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник                  | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день                     | 1 770     | 68,48            | 63,43 | 301,69   | 2 062,87                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

56

7-11 лет

# Меню

1 неделя




| Раздел меню    | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Люля-кебаб из свинины.  | 100       | 15,81            | 29,8  | 12,06    | 379,74                  |
|                | Каша гречневая рассыпчатая с овощами консервированными 200/20 | 220       | 10,57            | 7,07  | 48       | 297,66                  |
|                | Чай с сахаром, лимоном 200/10                                 | 210       | 0,29             | 0,06  | 15,31    | 64,66                   |
|                | Батон йодированный  | 41        | 3,08             | 1,19  | 21,07    | 107,42                  |
|                | Итого за Завтрак  | 571       | 29,75            | 38,12 | 96,44    | 849,48                  |
| <b>Обед</b>    |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Суп картофельный с яйцом                                      | 200       | 2,67             | 4,23  | 13       | 101,05                  |
|                | Рагу из овощей со свининой с овощами консервированными 250/30 | 280       | 12,9             | 25,5  | 46,75    | 468,75                  |
|                | Напиток из яблок сушеных                                      | 200       | 0,24             | 0,01  | 20,46    | 83,69                   |
|                | Хлеб ржаной   | 35        | 2,28             | 0,35  | 14,7     | 70                      |
|                | Итого за Обед   | 715       | 18,09            | 30,09 | 94,91    | 723,49                  |
| <b>Полдник</b> |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие  | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок   | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко  | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник  | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день   | 1 706     | 60,6             | 82,66 | 262,47   | 2 046,8                 |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

56

12-18 лет

## Меню

1 неделя

ООО "Агрофирма Ярославль"



| Раздел меню    | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Люля-кебаб из свинины.  | 100       | 15,81            | 29,8  | 12,06    | 379,74                  |
|                | Каша гречневая рассыпчатая с овощами консервированными 200/20 | 220       | 10,57            | 7,07  | 48       | 297,66                  |
|                | Чай с сахаром, лимоном 200/10                                 | 210       | 0,29             | 0,06  | 15,31    | 64,66                   |
|                | Батон йодированный  | 41        | 3,08             | 1,19  | 21,07    | 107,42                  |
|                | Итого за Завтрак  | 571       | 29,75            | 38,12 | 96,44    | 849,48                  |
| <b>Обед</b>    |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Суп картофельный с яйцом                                      | 280       | 3,74             | 5,92  | 18,2     | 141,47                  |
|                | Рагу из овощей со свининой                                    | 280       | 14,45            | 28,56 | 52,36    | 525                     |
|                | 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       | 20,99            | 34,93 | 97,38    | 787,78                  |
| <b>Полдник</b> |   |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие  | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок   | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко  | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник  | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день   | 1 791     | 63,5             | 87,5  | 264,94   | 2 111,09                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.



"Согласовано"

Директор МОУ СШ 56



## Меню

1 неделя

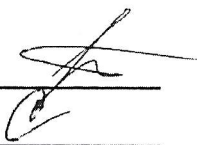


| Раздел меню    | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |                                    |           |                  |       |          |                         |
|                | Каша пшениная жидкая               | 250       | 9,26             | 8,84  | 44,7     | 296,51                  |
|                | Масло сливочное                    | 10        | 0,08             | 7,25  | 0,13     | 66,1                    |
|                | Какао на молоке витаминизированный | 200       | 3,14             | 3,33  | 17,88    | 115,42                  |
|                | Яблоко                             | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Батон йодированный                 | 60        | 4,5              | 1,74  | 30,84    | 157,2                   |
|                | Итого за Завтрак                   | 640       | 17,46            | 21,64 | 105,31   | 691,63                  |
| <b>Обед</b>    |                                    |           |                  |       |          |                         |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем  | 250       | 2,2              | 5,23  | 10,19    | 97,56                   |
|                | Шницель из свинины                 | 100       | 13,28            | 31,5  | 12,94    | 390,67                  |
|                | Макаронные изделия отварные        | 200       | 9,51             | 5,76  | 60,71    | 332,98                  |
|                | Напиток из сухофруктов             | 200       | 0,44             | 0,02  | 25,77    | 112,66                  |
|                | Хлеб ржаной                        | 55        | 3,58             | 0,55  | 23,1     | 110                     |
|                | Итого за Обед                      | 805       | 29,01            | 43,06 | 132,71   | 1 043,87                |
| <b>Полдник</b> |                                    |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие                   | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок                                | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко                             | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник                   | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день                      | 1 865     | 59,23            | 79,15 | 309,14   | 2 209,33                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ 56



## Меню

1 неделя




| Раздел меню    | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |                                    |           |                  |       |          |                         |
|                | Каша пшеничная жидкая              | 250       | 9,26             | 8,84  | 44,7     | 296,51                  |
|                | Масло сливочное                    | 10        | 0,08             | 7,25  | 0,13     | 66,1                    |
|                | Какао на молоке витаминизированный | 200       | 3,14             | 3,33  | 17,88    | 115,42                  |
|                | Яблоко                             | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Батон йодированный                 | 60        | 4,5              | 1,74  | 30,84    | 157,2                   |
|                | Итого за Завтрак                   | 640       | 17,46            | 21,64 | 105,31   | 691,63                  |
| <b>Обед</b>    |                                    |           |                  |       |          |                         |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем  | 280       | 2,46             | 5,85  | 11,41    | 109,27                  |
|                | 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, лимоном 200/5       | 205       | 0,25             | 0,06  | 15,16    | 62,96                   |
|                | Хлеб ржаной                        | 55        | 3,58             | 0,55  | 23,1     | 110                     |
|                | Итого за Обед                      | 840       | 29,08            | 43,72 | 123,32   | 1 005,88                |
| <b>Полдник</b> |                                    |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие                   | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок                                | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко                             | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник                   | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день                      | 1 900     | 59,3             | 79,81 | 299,75   | 2 171,34                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ 56



12-18 лет

ООО "Агрофирма-Ярославль"



# Меню

1 неделя

6 день

| Раздел меню    | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|----------------|---------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                |                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| <b>Завтрак</b> |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                | Плов со свининой                | 200       | 13,13            | 25,97 | 47,62    | 477,28                  |
|                | Чай с сахаром                   | 200       | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                   |
|                | Яблоко                          | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Батон йодированный              | 45        | 3,38             | 1,31  | 23,13    | 117,9                   |
|                | Итого за Завтрак                | 565       | 17,19            | 27,81 | 97,52    | 712,84                  |
| <b>Обед</b>    |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                | Суп картофельный с горохом.     | 280       | 7,86             | 4,9   | 24,29    | 173,11                  |
|                | Котлета рыбная                  | 100       | 17,77            | 9,78  | 17,63    | 256,94                  |
|                | Картофельное пюре               | 180       | 7,92             | 5,83  | 35,45    | 225,95                  |
|                | 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       | 36,35            | 20,96 | 104,19   | 777,31                  |
| <b>Полдник</b> |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                | Выпечное изделие                | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                | Сок                             | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                | Яблоко                          | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
|                | Итого за Полдник                | 420       | 12,76            | 14,45 | 71,12    | 473,83                  |
|                | Итого за день                   | 1 785     | 62,3             | 62,42 | 263,8    | 1 905,15                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.