

Согласовано  
Директор образовательного  
учреждения \_\_\_\_\_



Раздел меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево-ды г
----------------	----------------	--------------------	---------	---------	------------	-----------	----------------

Горячее блюдо	846	Каша овсяная Геркулес вязкая молочная с маслом сливочным	200	251,1	5,53	11	33,53
Напиток	1 110	Кофейный напиток с молоком*	200	140,7	4,79	5	17,97
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	20	47	1,58		9,66
Хлеб, мучные изделия 2	1 148	Хлеб ржаной	20	39,4	1,22		7,98
Фрукт	975	Яблоко	100	30,4	0,64		6
	Итого за Завтрак		540	508,6	13,76	16	75,14

Суп	1 004	Рассольник со сметаной	250	134,2	2,42	6	17,76
Второе блюдо	437	Гуляш из мяса говядины	100	166,5	16,43	9	3,88
Гарнир	516	Макаронные изделия отварные с маслом*	180	254,5	7,1	6	43,16
Напиток	828	Чай с сахаром*	200	79,8			19,96
Хлеб, мучные изделия 2	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	40	94	3,16		19,32
Хлеб, мучные изделия 2	1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	39,4	1,22		7,98
		<b>Итого за Обед</b>	790	768,4	30,33	21	112,06
		<b>Итого за день</b>	1 310	1 277	44,09	37	187,2

Заведующий  
производством

Согласовано  
Директор образовательного  
учреждения \_\_\_\_\_



# Красноуфимск ШУ Комплекс 12 182 руб

Раздел меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
----------------	----------------	--------------------	---------	---------	------------	-----------	-----------------

## Завтрак

Горячее блюдо	1 073	Пудинг творожно-манный	180	413,5	28,51	19	31,75
Соус	902	Молоко сгущенное соус	40	118	2,84	2	22,08
Напито к	828	Чай с сахаром*	200	79,8			19,96
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	30	70,5	2,37		14,49
Хлеб, мучные изделия 2	1 148	Хлеб ржаной	20	39,4	1,22		7,98
Итого за Завтрак			470	721,2	34,94	21	96,26

## Обед

Суп	1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной*	250	100,9	1,83	6	10,37
Второе блюдо	893	Жаркое по-домашнему из говядины	200	325,4	19,53	20	16,98
Напито к	912	Компот из свежих яблок с витамином С	200	99,1	0,16		23,88
Хлеб, мучные изделия 2	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	40	94	3,16		19,32
Хлеб, мучные изделия 2	1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	39,4	1,22		7,98
Итого за Обед			710	658,8	25,9	26	78,53
Итого за день			1 180	1 380	60,84	47	174,79

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

29.09.2021 (среда)

Согласовано  
Директор образовательного  
учреждения \_\_\_\_\_



# Красноуфимск ШУ Комплекс 12 182 руб

Раздел меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	ЭЦ ккал	Белки Г	Жиры Г	Углево- ды Г
-------------	-------------	--------------------	---------	---------	---------	--------	--------------

## Завтрак

Горячее блюдо	1 107,03	Тефтели рыбные с соусом молочным	100	124,6	9,99	5	10,51
Горячее блюдо	995	Пюре картофельное	180	212,9	4,63	6	28,35
Напиток	686	Чай с лимоном*	200	59,9	0,06		15,16
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	30	70,5	2,37		14,49
Хлеб, мучные изделия 2	1 148	Хлеб ржаной	20	39,4	1,22		7,98
Итого за Завтрак			530	507,3	18,27	11	76,49

## Обед

Суп	181	Уха с крупой перловой	250	71,4	10,01	1	13,89
Второе блюдо	1 028	Колбаски витаминные *	100	275	20,23	23	9,02
Гарнир	1 032	Каша гречневая вязкая*	180	171,4	4,84	5	24,96
Напиток	928	Компот из смеси сухофруктов	200	96,2	0,46		22,5
Хлеб, мучные изделия 2	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	40	94	3,16		19,32
Хлеб, мучные изделия 2	1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	39,4	1,22		7,98
Напиток	1 141	Печенье	30	122,1	2,22	3	21,93
Итого за Обед			820	869,5	42,14	32	119,6
Итого за день			1 350	1 376,8	60,41	43	196,09

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_



30.09.2021 (четверг)

Согласовано  
Директор образовательного  
учреждения \_\_\_\_\_



## Красноуфимск ШУ Комплекс 12-11-182 руб

Раздел меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
<b><u>Завтрак</u></b>							
Горячее блюдо	275	Биточки рубленые из птицы припущенные	80	172,9	12,49	13	8,1
Соус	366	Соус красный основной	30	19,8	0,49	1	3,27
Горячее блюдо	512	Рис припущенный*	180	254,5	4,46	6	46,68
Напито к	912	Компот из свежих яблок с витамином С	200	99,1	0,16		23,88
Хлеб, мучные изделия	897	Хлеб пшеничный	30	70,5	2,37		14,49
Хлеб, мучные изделия 2	1 148	Хлеб ржаной	20	39,4	1,22		7,98
<b>Итого за Завтрак</b>			540	656,2	21,19	20	104,4

<b><u>Обед</u></b>							
Суп	1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	121,1	2,9	3	20,58
Второе блюдо	1 071	Рагу из мяса кур	200	328,5	23,15	21	23,28
Напито к	928	Компот из смеси сухофруктов	200	96,2	0,46		22,5
Бутербр од	810	Бутерброд с сыром	20/10	42,5	0,04	5	0,06
Хлеб, мучные изделия 2	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	20	47	1,58		9,66
Хлеб, мучные изделия 2	1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	39,4	1,22		7,98
<b>Итого за Обед</b>			720	674,7	29,35	29	84,06
<b>Итого за день</b>			1 260	1 330,9	50,54	49	188,46

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

01.10.2021 (пятница)

Согласовано  
Директор образовательного  
учреждения \_\_\_\_\_



# Красноуфимск ШУ Комплекс 12-11-182 руб

Раздел меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
----------------	----------------	--------------------	---------	---------	------------	-----------	--------------------

## Завтрак

Горячее блюдо	302	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200	289,2	8,48	9	37,96
Бутербр од	810	Бутерброд с сыром	30/10	56,7	0,06	6	0,08
Напито к	914	Кисломолочный продукт	200	118	5,8	6	8
Хлеб, мучные изделия 2	1 148	Хлеб ржаной	30	59,1	1,83		11,97
Итого за Завтрак			470	523	16,17	21	58,01

## Обед

Салат, овощна я добавка	811	Горошек зеленый консервированный	60	24	1,86		3,9
Суп	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной*	250	92,2	1,9	5	9,23
Второе блюдо	858	Шницель рыбный натуральный*	100	214,6	15,96	12	10,63
Гарнир	512	Рис припущенный*	180	254,5	4,46	6	46,68
Напито к	828	Чай с сахаром*	200	79,8			19,96
Хлеб, мучные изделия 2	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	40	94	3,16		19,32
Хлеб, мучные изделия 2	1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	39,4	1,22		7,98
Итого за Обед			850	798,5	28,56	23	117,7
Итого за день			1 320	1 321,5	44,73	44	175,71

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_

02.10.2021 (суббота)

Согласовано  
Директор образовательного  
учреждения \_\_\_\_\_



# Красноуфимск ШУ Комплекс 12 182 руб

Раздел меню	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	ЭЦ ккал	Белки г	Жиры г	Углево- ды г
----------------	----------------	--------------------	---------	---------	------------	-----------	--------------------

## Завтрак

Горячее блюдо	972	Омлет натуральный*	200	192,5	12,74	15	0,75
Бутердр од	808	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	70,9	0,07	8	0,1
Напито к	924	Чай с молоком или сливками	200	39,9			9,98
Хлеб, мучные	1 148	Хлеб ржаной	30	59,1	1,83		11,97
Итого за Завтрак			470	362,4	14,64	23	22,8

## Обед

Суп	1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной*	250	118,8	2,39	7	11,71
Второе блюдо	1 076	Печень по-строгановски*	100	177,4	15,81	10	5,31
Гарнир	999	Капуста тушеная*	50	34,9	1,22	1	4,93
Гарнир	995	Пюре картофельное	130	153,8	3,34	5	20,48
Напито к	699	Напиток лимонный	200	101,2	0,14		24,43
Напито к	976	Яблоки свежие	100	47	0,4		9,8
Хлеб, мучные изделия 2	894	Хлеб пшеничный из муки 1с	40	94	3,16		19,32
Хлеб, мучные изделия 2	1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	39,4	1,22		7,98
Итого за Обед			890	766,5	27,68	23	103,96
Итого за день			1 360	1 128,9	42,32	46	126,76

Заведующий  
производством \_\_\_\_\_