

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агросфирма-Ярославль"



## Меню

12-18 лет

1 неделя


1 день

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	200	5,09	5,22	53,36	280,74
	Кукуруза	10	0,22	0,04	1,12	5,8
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Батончик к чаю	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за Завтрак	550	21,79	37,97	98	823,32
<b>Обед</b>						
	Суп вермишелевый с мясом 250/15	265	5,61	12,52	16,01	199,39
	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 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
	Итого за Обед	810	31,13	44,5	97,31	913,73
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 760	65,6	96,84	264,47	2 201,48

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 с маслом сливочным	255	8,07	12,02	45,82	324,76
	Сыр порционный	10	2,6	2,61		34,4
	Какао на молоке витаминизированный	200	3,14	3,33	17,88	115,42
	Батон йодированный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	605	17,21	19,52	94,06	626,38
<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	40	2,6	0,4	16,8	80
	Итого за Обед	810	28,3	41,29	127,73	995,65
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 815	58,19	75,18	290,95	2 086,46

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Мишишников 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	
<b>Завтрак</b>						
	Пудинг из творога с джемом 150/50	200	24,51	9,29	62,68	431,77
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	550	28,86	11,19	113,19	671,03
<b>Обед</b>						
	Суп картофельный с горохом	280	7,86	4,9	24,29	173,11
	Плов со свиной	220	14,45	28,57	52,38	525
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96
	Хлеб ржаной	46	2,99	0,46	19,32	92
	Манник	50	2,75	7,76	22,84	172,67
	Итого за Обед	801	28,3	41,75	133,99	1 025,74
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 751	69,84	67,31	316,34	2 161,2

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



## Меню

12-18 лет

1 неделя

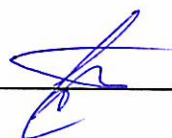
4 день

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	200	10,13	6,99	45,76	286,06
	Кукуруза	14	0,31	0,06	1,57	8,12
	Чай с низким содержанием сахара с лимоном 200/10	210	0,29	0,06	10,32	44,71
	Батон йодированный	45	3,38	1,31	23,13	117,9
	Итого за Завтрак	569	29,92	38,22	92,84	836,53
<b>Обед</b>						
	Суп картофельный с яйцом	280	3,74	5,92	18,2	141,47
	Рагу из овощей со свининой	280	14,45	28,57	52,38	525
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100
	Итого за Обед	810	21,64	35,04	106,59	827,73
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 779	63,56	80,74	244,98	1 970,83

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрфирма-Ярославль"



## Меню

12-18 лет

1 неделя


5 день

Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
	Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,58	285,32
	Рис с овощами	200	4,64	9,34	46,51	288,94
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Батон йодированный	51	3,83	1,48	26,21	133,62
	Итого за Завтрак	551	21,21	35,4	86,32	749,19
<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	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	45	2,93	0,45	18,9	90
	Итого за Обед	825	28,38	43,61	118,97	984,18
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 776	62,27	93,38	274,45	2 197,8

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Милицыников 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	
<b>Завтрак</b>						
	Плов со свиной	200	13,13	25,97	47,62	477,28
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96
	Батон йодированный	45	3,38	1,31	23,13	117,9
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	550	17,16	27,74	95,71	705,14
<b>Обед</b>						
	Суп картофельный с горохом	280	7,86	4,9	24,29	173,11
	Котлета рыбная	100	14,77	9,78	15,63	211,94
	Картофельное пюре	180	3,92	4,83	26,45	165,46
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	60	3,9	0,6	25,2	120
	Итого за Обед	820	30,65	20,16	106,58	731,77
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 770	60,49	62,27	271,45	1 901,34

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



## Меню

12-18 лет

2 неделя


1 день

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	200	10,13	6,99	45,76	286,06
	Кукуруза	10	0,22	0,04	1,12	5,8
	Чай с низким содержанием сахара с лимонем 200/10	210	0,29	0,06	10,32	44,71
	Батончик к чаю	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Итого за Завтрак	550	28,7	37,76	84,68	794,91
<b>Обед</b>						
	Суп вермишелевый с мясом 250/15	265	5,61	12,52	16,01	199,39
	Тефтели с соусом 70/50	120	10,12	23,68	17,4	323,6
	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	30	1,95	0,3	12,6	60
	Итого за Обед	815	22,97	41,77	109,39	905,04
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 765	64,35	93,9	263,23	2 164,38

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

ООО "Агрофирма-Ярославль"

Директор МОУ СШ

## Меню

12-18 лет

2 неделя




Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
	Каша пшениная жидкая с маслом сливочным	255	9,3	12,47	45,14	329,56
	Сыр порционный	10	2,6	2,61		34,4
	Какао на молоке витаминизированный	200	3,14	3,33	17,88	115,42
	Батон йодированный	35	2,63	1,02	17,99	91,7
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Завтрак	600	18,07	19,83	90,44	618,08
<b>Обед</b>						
	Борщ со свежей капустой, картофелем	280	2,34	5,83	15,15	123,13
	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
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
	Итого за Обед	820	27,93	43,54	120,61	988,04
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 820	58,68	77,74	280,21	2 070,55

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.



"Согласовано"

Директор МОУ СШ

## Меню

12-18 лет

2 неделя




Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
	Пудинг из творога с джемом 150/50	200	24,51	9,29	62,68	431,77
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Батон йодированный	50	3,75	1,45	25,7	131
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак		550	28,86	11,19	113,19	671,03
<b>Обед</b>						
	Суп картофельный с горохом	280	7,86	4,9	24,29	173,11
	Плов со свининой	220	14,45	28,57	52,38	525
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	0,25	0,06	15,16	62,96
	Хлеб ржаной	46	2,99	0,46	19,32	92
	Манник	50	2,75	7,76	22,84	172,67
Итого за Обед		801	28,3	41,75	133,99	1 025,74
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Полдник		400	12,68	14,37	69,16	464,43
Итого за день		1 751	69,84	67,31	316,34	2 161,2

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	
<b>Завтрак</b>						
	Шницель из свинины	100	13,28	31,5	12,94	390,67
	Рис с овощами	200	4,64	9,34	46,51	288,94
	Чай с низким содержанием сахара	210	0,21	0,05	10,52	43,38
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100
Итого за Завтрак		560	21,38	41,39	90,97	822,99
<b>Обед</b>						
	Рассольник ленинградский	280	2,63	4,64	19,29	130,16
	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	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,8	80
Итого за Обед		820	28,1	36,61	100,44	842,8
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Полдник		400	12,68	14,37	69,16	464,43
Итого за день		1 780	62,16	92,37	260,57	2 130,22

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

## Меню

12-18 лет

2 неделя



Раздел меню	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
	Наггетсы куриные с соусом	150	10,29	10,45	19,8	213,17
	Макаронные изделия отварные	200	9,51	5,76	60,71	332,98
	Кукуруза	10	0,22	0,04	1,12	5,8
	Чай с сахаром, лимоном 200/10	210	0,29	0,06	15,31	64,66
	Батон йодированный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за Завтрак	610	23,31	17,47	117,5	721,41
<b>Обед</b>						
	Суп картофельный с яйцом	280	3,74	5,92	18,2	141,47
	Рагу из овощей со свининой	280	14,45	28,57	52,38	525
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21	100
	Итого за Обед	810	21,64	35,04	106,59	827,73
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 820	56,95	59,99	269,64	1 855,71

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

## Меню

12-18 лет

2 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	200	10,13	6,99	45,76	286,06
	Кукуруза	14	0,31	0,06	1,57	8,12
	Чай с низким содержанием сахара с лимонком 200/10	210	0,29	0,06	10,32	44,71
	Батон йодированный	45	3,38	1,31	23,13	117,9
	Итого за Завтрак	569	29,92	38,22	92,84	836,53
<b>Обед</b>						
	Суп картофельный с горохом	280	7,86	4,9	24,29	173,11
	Котлета рыбная	100	14,77	9,78	15,63	211,94
	Картофельное пюре	180	3,92	4,83	26,45	165,46
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	61,26
	Хлеб ржаной	60	3,9	0,6	25,2	120
	Итого за Обед	820	30,65	20,16	106,58	731,77
<b>Полдник</b>						
	Выпечное изделие	100	11,28	13,77	39,16	325,43
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за Полдник	400	12,68	14,37	69,16	464,43
	Итого за день	1 789	73,25	72,75	268,58	2 032,73

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

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

Милишников П.А

Стремянова Ю.Ю.