Согласовано Директор МАОУ-Гимназия №94 С.А.Ярославцев

Утверждаю Директор ООО "Каскад" Н.А.Елькина _____

Основное десятидневное меню обедов для детей, обучающихся в 5-11 классах (с пищевой аллергией на куриный белок, перловую крупу, ячневую крупу)

(за счет средств субсидии, выделенной муниципальному образованию "город Екатеринбург" на обеспечение бесплатным питанием (обед) обучающихся во вторую смену, в размере 140 рублей 37 копеек)

4	Commission of	11.
1	день (понедельник)

Наименование блюда	Выход, г	всего				Углево-	
обод (поточна 140 37)		4.3	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
1 - OUEД (ДОГАЦИЯ 140-37)					1.0		. 4 . 1
Салат из свеклы "Бурячок"	100	1,11	0,00	14,77	14,77	7,36	163,16
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	0,00	2,51	2,51	22,21	120,65
Шницель из говядины с отрубями	100	17,13	14,53	17,38	6,23	15,69	286,36
Рагу из овощей	180	3,60	0,00	8,47	8,47	22,16	170,87
Напиток из смородины	200	1,13	0,00	0,12	0,00	15,70	65,27
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
Итого за 'Обед'		29,30	14,53	43,73	32,46	106,52	916,30
L	Суп картофельный с макаронными изделиями Шницель из говядины с отрубями Рагу из овощей Напиток из смородины Клеб пшеничный витаминизированный Клеб ржаной Итого за 'Обед'	Салат из свеклы "Бурячок" 100 Суп картофельный с макаронными 250 Иницель из говядины с отрубями 100 Рагу из овощей 180 Напиток из смородины 200 Клеб пшеничный витаминизированный 30 Клеб ржаной 20 Итого за 'Обед'	Салат из свеклы "Бурячок" 100 1,11 Суп картофельный с макаронными 250 2,81 Иницель из говядины с отрубями 100 17,13 Рагу из овощей 180 3,60 Напиток из смородины 200 1,13 Клеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 Клеб ржаной 20 1,29	Салат из свеклы "Бурячок" 100 1,11 0,00 Суп картофельный с макаронными 250 2,81 0,00 Иницель из говядины с отрубями 100 17,13 14,53 Рагу из овощей 180 3,60 0,00 Напиток из смородины 200 1,13 0,00 Клеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 Клеб ржаной 20 1,29 0,00 Итого за 'Обед' 29,30 14,53	Салат из свеклы "Бурячок" 100 1,11 0,00 14,77 Суп картофельный с макаронными 250 2,81 0,00 2,51 Иницель из говядины с отрубями 100 17,13 14,53 17,38 Рагу из овощей 180 3,60 0,00 8,47 Напиток из смородины 200 1,13 0,00 0,12 Клеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 Клеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 Итого за 'Обед' 29,30 14,53 43,73	Салат из свеклы "Бурячок" 100 1,11 0,00 14,77 14,77 Суп картофельный с макаронными 250 2,81 0,00 2,51 2,51 Иницель из говядины с отрубями 100 17,13 14,53 17,38 6,23 Рагу из овощей 180 3,60 0,00 8,47 8,47 Напиток из смородины 200 1,13 0,00 0,12 0,00 Клеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 Клеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 Итого за 'Обед' 29,30 14,53 43,73 32,46	Салат из свеклы "Бурячок" 100 1,11 0,00 14,77 14,77 7,36 Суп картофельный с макаронными 250 2,81 0,00 2,51 2,51 22,21 Иницель из говядины с отрубями 100 17,13 14,53 17,38 6,23 15,69 Рагу из овощей 180 3,60 0,00 8,47 8,47 22,16 Напиток из смородины 200 1,13 0,00 0,12 0,00 15,70 Клеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 Клеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 Итого за 'Обед' 29,30 14,53 43,73 32,46 106,52

2 день (вторник)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		V	and the same of th
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
5-11 класс	ы - обед (дотация 140-37)		22.41		A	- 3,-1		EM-pas
№110(1994)	Борщ с морской капустой, картофелем, сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,96
№423(2004)	Бефстроганов из говядины	50/50	16,80	16,05	17,95	5,85	6,24	252,43
№469(1996)	Макаронные изделия отварные	180	6,62	0,03	5,87	0,78	44,00	254,69
№588(1996)	Компот из кураги	200	1,02	0,00	0,06	0,06	33,08	125,04
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
	Итого за 'Обел '		30.64	16.33	31.53	12.31	125.57	887.61

3 день (среда)

№ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-	and the second
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	ды, г	ЭЦ, ккал
5-11 класс	ы - обед (дотация 140-37)		14.0	Maria de la companya della companya della companya della companya de la companya della companya	er i de Money Vis		- 1	
ТТК	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10	4,96	0,28	6,95	0,08	9,94	119,63
ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадз ора (2018)	Рыба, тушеная в томате с овощами и морской капустой	60/50	25,06	24,51	13,08	5,21	4,31	233,85
№472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	183,63
№647(1996)	Напиток вишневый	200	0,37	0,40	1,95	0,00	23,82	107,42
•	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,38	0,00	0,35	0,40	10,56	44,45
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
	Итого за 'Обед '	3	38,14	26,03	29,20	6,77	100,11	798,97

Рассольник ленипрадский с рисовой крупой 15,28 0,25 7,17 4,58 17,57 154,8	4 день (че	тверг)							
Вего в 17-далам всего Вего в 17-далам всего в 17-далам всего Вего в 17-далам всего в 17-далам всего в 17-далам всего в 17-далам всего Вего в 17-далам всего в 17-дала	Mate.	Нашилиополица бити	Diver 5			1 1		Углево-	DII maa
№ 15(2001) Свекла отварная с льняным маслом 100 1,44 0,00 6,95 5,24 10,81 105,3 Рассольник ленниграцский с риссоой курной 250/10 5,28 0,25 7,17 4,58 17,57 154,8 № 129(1996) Маркое по-домашиему со свининой 50/200 15,04 0,00 17,50 4,57 30,30 336,3 ТГК Напиток фруктово-агоривый 200 0,22 0,00 0,00 0,00 0,00 25,11 9,00 пром. Хлеб ражаной 25 1,62 0,00 0,27 0,27 17,77 84,1 пром. Хлеб ражаной 25 1,62 0,00 0,29 0,29 10,22 47,3 пром. Хлеб ражаной 25 1,62 0,00 0,29 0,29 10,22 47,3	745 I K	паименование олюда	выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего		ды, г	Эц, ккал
Рассольник лешинградский с рисопой крупой Ne129(1996) на мясном будьоне со сметаной 250/10 5,28 0,25 7,17 4,58 17,57 154,8 3934(1996) Жаркое по-домашнему со свизникой 50/200 15,04 0,00 17,50 4,57 0,30,30 336,3 17K Напиток фруктово-вгодивій 200 0,22 0,00 0,00 0,00 0,00 25,11 96,3 10,00 1,00 2,77 17,77 4,58 17,57 154,8 17,57 17,77 4,58 17,57 154,8 17,57 17,77 4,58 17,57 17,77 4,58 3,30,30 336,3 10,00 1,00 0,00 0,00 0,00 25,11 96,3 10,00 1,00	5-11 класси	ы - обед (дотация 140-37)		-	-				
Мед 19(1996) на вменемы будьопе со сметаной 250/10 5,28 0.25 7,17 4,58 17,57 15.48	№15(2001)	Свекла отварная с льняным маслом	100	1,44	0,00	6,95	5,24	10,81	105,37
№394(1996) Жаркое по-домашнему со свининой 50/200 15,04 0,00 17,50 4,57 30,30 336.3									
ТТК Напиток фруктово-ягодный 200 0,22 0,00 0,00 25,11 96,3 пром. Хлеб писеничный визаминизированный 35 2,61 0,00 0,27 0,27 17,77 84,1 пром. Хлеб ржаной 25 1,62 0,00 0,29 0,29 10,22 47,3 5 день (пятница) Метк Наименование блода Выход, г Жари, г Жари, г Углево, всто в т.ч. жавь в т. жавь в т. жавь всто в т.ч. жавь	№129(1996)	на мясном бульоне со сметаной	250/10	5,28	0,25	7,17	4,58	17,57	154,84
пром. Хлеб писеничный витаминизированный 35 2,61 0,00 0,27 0,27 1,77 84,1 иром. Хлеб ржаной 25 1,62 0,00 0,29 0,29 10,22 47,3 Ингог за 'Обед ' 26,21 0,25 32,18 14,95 111,78 824,3 5 день (пятнина) Белин, г Жиры, г Жиры, г Утлено-дай, г 5-11 классы - обед (дотация 140-37) № 128 (1996) маслом сливочным 25 0,53 0,00 0,70 0,10 2,79 19,4 № 128 (1996) маслом сливочным 25 0,53 0,00 0,70 0,10 2,79 19,4 № 469 (2004) Суп из овощей со сметаной 250/10 2,21 0,25 6,33 4,37 13,34 116,0 № 469 (2004) Суп из овощей со сметаной 250/10 2,21 0,25 6,33 4,37 13,34 116,0 № 7469 (2004) Суп из овощей со сметаной 250/10 2,21 0,00 <td>№394(1996)</td> <td>Жаркое по-домашнему со свининой</td> <td>50/200</td> <td>15,04</td> <td>0,00</td> <td>17,50</td> <td>4,57</td> <td>30,30</td> <td>336,34</td>	№394(1996)	Жаркое по-домашнему со свининой	50/200	15,04	0,00	17,50	4,57	30,30	336,34
Пром. Хлеб ржаной 25 1,62 0,00 0,29 0,29 0,29 10,22 47,3	ТТК	Напиток фруктово-ягодный	200	0,22	0,00	0,00	0,00	25,11	96,32
Нтого за 'Обед ' 26,21 0,25 32,18 14,95 111,78 824,35	пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	2,61	0,00	0,27	0,27	17,77	84,11
Б день (пятница) Бенав, г весто в т.ч. кивь весто в т.ч. кивь весто в т.ч. кивь голь, г весто в т.ч. кивь в т.ч. кивь весто в т.ч. к	пром.	Хлеб ржаной	25	1,62	0,00	0,29	0,29	10,22	47,38
Sate Haimsendahune блюда Baxoa, г Recro Rec		Итого за 'Обед '		26,21	0,25	32,18	14,95	111,78	824,36
№ТК Наменование блюда Выхол, г всего всего в т.т. раст. раст. дал. г Утеленование блюда 911, ком. раст. дал. г 7.77 дер. дал. г 911, ком. раст. дал. г 7.77 дер. дал. г 911, ком. раст. дал. г 91, ком. раст. дал.	5 день (пя	тница)							
Бето Вт.ч. жив. Весто Вт.ч. жив.	NATIC .	Наименерацие блюде	RIIVOT E	Бе	лки, г	Жир		Углево-	ЭП меся
Кукуруза консервированная отварная с 25	312 T K	паименование олюда	выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего		ды, г	Эц, ккал
№128 (1996 Маслом сливочным 25 0,53 0,00 0,70 0,10 2,79 19,4 №469 (2004 Суп из овощей со сметаной 250/10 2,21 0,25 6,33 4,37 13,34 116,0 №466 (1996 Тефтели из говядины с отрубями и соусом 80/50 11,52 0,00 13,11 7,74 13,80 215,8 Рис припушенный с куркумой 180 4,37 0,03 5,73 0,62 47,52 259,7 ТТК Компот из клюквы 200 0,26 0,00 0,18 0,00 24,78 96,8 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Нтого за 'Обед ' 22,41 0,28 26,53 13,31 125,63 817,9 6 день (понедельник)	5-11 класси	ы - обед (дотация 140-37)							
№ 1469 (2004) Суп из овощей со сметаной 250/10 2.21 0.25 6.33 4.37 13.34 116.00		Кукуруза консервированная отварная с							
№466 (1996) Тефтели из говядины с отрубями и соусом 80/50 11,52 0,00 13,11 7,74 13,80 215,8 Рис припущенный с куркумой 180 4,37 0,03 5,73 0,62 47,52 259,7 ТТК Компот из клюквы 200 0,26 0,00 0,18 0,00 24,78 96,8 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 22,41 0,28 26,53 13,31 125,63 817,9 Напосы - обед (дотация 140-37) №138(1996) Суп картофельный с горохом 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,8 №138(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 №647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00				0,53	0,00	0,70	0,10	2,79	19,46
Рис прилущенный с куркумой 180 4,37 0,03 5,73 0,62 47,52 259,7 ТТК Компот из клюквы 200 0,26 0,00 0,18 0,00 24,78 96,8 пром. Хлеб пиценичный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 22,41 0,28 26,53 13,31 125,63 817,9 Выход, г всего в т.ч. жив всего в т.ч. в в в в в в т.ч. в в в в в в в в в в в в в в в в в в	№469 (2004)	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,09
Рис прилущенный с куркумой 180 4,37 0,03 5,73 0,62 47,52 259,7 ТТК Компот из клюквы 200 0,26 0,00 0,18 0,00 24,78 96,8 пром. Хлеб пиценичный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 22,41 0,28 26,53 13,31 125,63 817,9 Выход, г всего в т.ч. жив всего в т.ч. в в в в в в т.ч. в в в в в в в в в в в в в в в в в в									
ТТК Компот из клюквы 200 0,26 0,00 0,18 0,00 24,78 96,8 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 22,41 0,28 26,53 13,31 125,63 817,9 6 день (понедельник) Выход, г всего в т.ч. жив. всего в т.ч	№466 (1996)	1 17 7		11,52	0,00				215,84
пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 22,41 0,28 26,53 13,31 125,63 817,9 6 день (понедельник) № 18 (1996) Кара (дотация 140-37) № 138(1996) Сутавной сторохом 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,8 № 138(1996) Сута картофельный с горохом 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,8 № 138(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 № 647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24			180	4,37	0,03	5,73	0,62	47,52	259,74
Пром. Хлеб ржаной 20	ТТК	Компот из клюквы	+	0,26	0,00	0,18	0,00	24,78	96,81
Итого за 'Обед ' 22,41 0,28 26,53 13,31 125,63 817,9 6 день (попедельник) Белки, г всего в т.ч. жив. всего в т.ч. раст. раст. в т.ч. раст. раст. в т.ч. раст.	пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
№ТК Наименование блюда Выход, г всего вт.ч. жив. Белки, г всего вт.ч. жив. жего раст. в т.ч. жив. в т.ч. дав.т. раст. Углеводы, г раст. ЭЩ, ккал раст. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,8 №403(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 №647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Утдень (вторник) Метого за 'Обед ' Выход, г Белки, г Жиры, г Жиры, г Углеводый, г ЭИ, кка. Бел (Вторник) Весто в т.ч. жив. всего раст. 9 т.ч. жив. в т.ч. жив. всего раст. ЭТ, ч Углеводый, г <td>пром.</td> <td>Хлеб ржаной</td> <td>20</td> <td>1,29</td> <td>0,00</td> <td>0,24</td> <td>0,24</td> <td>8,17</td> <td>37,90</td>	пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
№ТК Наименование блюда Выход, г всего в т.ч. жив. Белкв, г всего в т.ч. жив. жирь, г всего в т.ч. жив. углево-ды, г вт.ч. даб., г всего в т.ч. жив. ЭЦ, ккал. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,8 №403(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 №647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Утлево ржаной 20 1,29 0,00 0,24 8,17 37,9 Утлево ржаной Выход, г всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив.		Итого за 'Обед '		22,41	0,28	26,53	13,31	125,63	817,93
№ТК Наименование блюда Выход, г всего в т.ч. жив. раст. дыл, г зт.ч. дал, г 3 П. кка. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,88 № 138(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 № 647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 7 день (вторик) Выход, г весто в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. дыл, г раст. Углево-дыл, г 9 Ц, кка. дыл, г	<u>6 день (по</u>	недельник)	ı						
5-11 классы - обед (дотация 140-37) №138(1996) Суп картофельный с горохом 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,8 №403(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 №647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 Утаснь (вторник) Наименование блюда Быход, г всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. В т.ч. раст. Утасво-ды, г раст. Утасво-ды, г раст. Утасво-ды, г жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. В т.ч. раст. Утасво-ды, г жив. всего в т.ч. жив. В т.ч. раст. Утасво-ды, г раст. Утасво-ды, г раст. Утасво-ды, г раст. Утасво-ды, г жив. всего в т.ч. жив. В т.ч. раст. Утасво-ды, г раст.	№ТК	Наименование блюда	Выход, г				в т.ч.		ЭЦ, ккал
№138(1996) Суп картофельный с горохом 250 9,44 0,00 4,70 3,17 25,80 176,8 №403(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 №647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 №ТК Наименование блюда Выход, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г Углеводы, г №1, г №1, г №1, кка. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) Выход, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г №1, кка. №17(2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 №12(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 <td>5-11 класси</td> <td>і л - обел (лотания 140-37)</td> <td><u> </u></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>раст.</td> <td>•</td> <td></td>	5-11 класси	і л - обел (лотания 140-37)	<u> </u>				раст.	•	
№403(1996) Плов (с говядиной) 260 17,55 0,00 22,86 9,28 56,88 502,8 №647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Утлево- вт.ч. жив. всего вт.ч. жив. эц. кка. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) №17(2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 №128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №459(250	9 44	0.00	4 70	3 17	25.80	176.86
№647(1996) Напиток вишневый 200 0,37 0,40 1,95 0,00 23,82 107,4 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 30,88 0,40 29,99 12,93 129,90 897,1 7 день (вторник) №1К Наименование блюда Белки, г									
пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 30,88 0,40 29,99 12,93 129,90 897,1 7 день (вторник) Белки, г всего в т.ч. жив. всего в т			+						
пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9 Итого за 'Обед ' 30,88 0,40 29,99 12,93 129,90 897,1 7 день (вторник) Белки, г всего в т.ч. жив. Жиры, г раст. Углево ды, г раст. ЭЦ, ккал раст. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) №17(2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 №128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром.	` ′				i i				
Итого за 'Обед ' 30,88 0,40 29,99 12,93 129,90 897,1 7 день (вторник) №1К Наименование блюда Белки, г всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего раст. ЭЦ, кка. раст. Углево-ды, г раст. ЭЦ, кка. раст. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) №17(2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 №128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24		1							
7 день (вторник) №ТК Наименование блюда Выход, г всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего в т.ч. жив. всего раст. В т.ч. раст. раст. Углеводы, г раст. ЭЦ, кка. раст. раст. ЭЦ, кка. раст. раст. Углеводы, г раст. ЭЦ, кка. раст. раст. ЭЦ, кка. раст. раст. № 17 (2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 № 128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29	пром.		20						
№ТК Наименование блюда Выход, г Белки, г Жиры, г Углеводы, г ЭЦ, ккал ды, г Углеводы, г ЭП, ккал ды, г Углеводы, г Углеводы, г ЭП, ккал ды, г ЭП, г ЭП, ккал ды, г ЭП, г<	7 лень (вт			50,00	0,40	27,77	12,75	127,70	077,10
№ 1К Наименование олюда Выход, г раст. всего в т.ч. жив. всего раст. в т.ч. ды, г раст. ЭП, кка. 5-11 классы - обед (дотация 140-37) № 17(2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 № 128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	. день (21	· p		Бе	лки, г	Жир	ы, г	Vгперо-	
5-11 классы - обед (дотация 140-37) №17(2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 №128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	№ТК	Наименование блюда	Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего			ЭЦ, ккал
№17(2003) Салат из свеклы с сыром 100 4,97 3,87 18,67 14,76 8,31 217,2 №128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом №459(2004) сливочным 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	5-11 класси	ы - обел (лотания 140-37)		<u> </u>			раст.		
№128(1996) Рассольник домашний со сметаной 250/10 2,35 0,25 5,77 4,56 15,82 122,4 Рулет из говядины паровой с маслом №459(2004) сливочным 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9			100	4.97	3.87	18.67	14,76	8.31	217,27
Рулет из говядины паровой с маслом 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	_ ` ′								122,43
№459(2004) сливочным 100 15,69 1,14 11,75 0,19 7,07 195,5 №464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	, ,			,- ,-	, -	,	,	,	, ,
№464(1996) Каша гречневая вязкая 180 5,20 0,03 5,84 1,44 27,09 174,8 №705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	№459(2004)	*	100	15,69	1,14	11,75	0,19	7,07	195,58
№705(2004) Напиток из плодов шиповника 200 0,31 0,00 0,14 0,14 26,07 99,2 пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·								174,83
пром. Хлеб пшеничный витаминизированный 30 2,23 0,00 0,24 0,24 15,23 72,0 пром. Хлеб ржаной 20 1,29 0,00 0,24 0,24 8,17 37,9	№705(2004)		200						99,27
	пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,09
Итого за 'Обед ' 32,04 5,29 42,65 21,57 107,76 919,3	пром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,90
		Итого за 'Обел '		32.04	5.29	42.65	21 57	107.76	919 37

№ТК	Наименование блюда		Белки, г		Жиры, г		Углево-	
		Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	ды, г	ЭЦ, ккал
5-11 классі	ы - обед (дотация 140-37)							
	Борщ с морской капустой, картофелем,							
№110(1994)	сметаной	250/10	1,97	0,25	7,09	5,06	14,26	123,9
№33(2001)	Рыба, запеченная в омлете	75/50	6,48	5,40	7,51	2,51	13,28	141,8
№ 472(1996)	Пюре картофельное	180	3,85	0,84	6,39	0,60	28,08	183,6
№ 588(1996)	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	1,56	0,00	19,79	88,6
№79(2003)	Ватрушка со сметаной	65	5,18	1,08	6,04	0,78	30,92	198,3
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,0
тром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,9
	Итого за 'Обед '		21,30	7,57	29,07	9,43	129,73	846,3
9 день (че	тверг)							
	Наименование блюда		Белки, г		Жиры, г		Углево-	
№ТК		Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	ды, г	ЭЦ, ккал
5-11 классі	ы - обед (дотация 140-37)							
№132(1996)	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,21	0,25	6,33	4,37	13,34	116,0
№ 403(1996)	Плов (со свининой)	260	17,55	0,00	22,86	9,28	56,88	502,8
ТТК	Напиток из клюквы	200	0,17	0,00	0,12	0,00	25,48	98,6
№695(1996)	Ватрушка с творогом	50	6,25	3,76	3,20	0,60	20,29	135,0
пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,23	0,00	0,24	0,24	15,23	72,0
тром.	Хлеб ржаной	20	1,29	0,00	0,24	0,24	8,17	37,9
	Итого за 'Обед '		29,70	4,01	32,99	14,73	139,39	962,5
10 день (п	ятница)							
	Наименование блюда		Белки, г		Жиры, г		Углево-	
№ТК		Выход, г	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	ды, г	ЭЦ, ккал
5-11 классі	ы - обед (дотация 140-37)							
	Щи из свежей капусты с картофелем,							
ГТК	сметаной	250	1,95	0,28	5,57	0,08	9,94	95,1
№ 401(1996)	Гуляш из говядины	50/50	15,63	15,01	9,78	2,42	4,01	165,9
№36(2003)	Рис припущенный с овощами	180	4,57	0,03	7,65	3,29	49,01	282,8
ГТК	Напиток с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	18,97	70,7
1110	Timilition & Birraminamin Birromia		-,	-,	-,	- ,	- ,	,

30

20

2,23

1,29

29,16

0,00

0,00

16,24

0,24

0,24

27,93

0,24

0,24

6,86

15,23

8,17

128,09

72,09

37,90

866,84

Хлеб пшеничный витаминизированный

Хлеб ржаной

Итого за 'Обед '

пром.

пром.