

утверждаю:

Директор школы



Согласовано

Дир. инженер А.А.

9 стол.

2 неделя



		Рацион	Выход	Энерг. ценность
ПОНЕДЕЛЬНИК		ЗАВТРАК		
			5-11 кл.	
	268/2021	Омлет	100/5	125,30
	457/2021	Чай без сахара	200	76,90
	63/2021	Бутерброд с ржаным хлебом и сыром	15/35	89,90
		ОБЕД		
	347/2021	Котлета "Школьная" (без хлеба и панировки)	70	171,55
	202/2021	Каша гречневая рассыпчатая	150	228,60
	пром.	Икра кабачковая	70	23,60
	501/2021	Сок (без сахара)	200	86,00
	573/2021	Хлеб ржаной	30/30	132,00
				641,75
ВТОРНИК		ЗАВТРАК		
	223/2021	Каша пшеничная (без молока и сахара)	180/4	126,70
	457/2021	Чай без сахара	200	76,90
	63/2021	Бутерброд с ржаным хлебом и сыром	15/35	89,90
		ОБЕД		
	307/2021	Котлета рыбная (без хлеба и панировки)	70	74,00
	2021	Рис отварной	200	140,00
	495/2021	Компот из с/фр с вит. "С" без сахара	200	84,00
	573/2021	Хлеб ржаной	40/40	176,00
				474,00
СРЕДА		ЗАВТРАК		
	пром.	Йогурт (1%)	95	145,30
	2021	Каша злаковая (на воде, без сахара)	180/4	196,50
	457/2021	Чай без сахара	200	76,90
		ОБЕД		
	145/2021	Овощи свежие	70	7,70
350/2021	Тефтели "Ёжики"	60	98,30	


2021	Капуста тушеная	180	221,40
497/2021	Напиток клюквенный (без сахара)	200	41,00
573/2021	Хлеб ржаной	15/30	101,10
			469,50

ЧЕТВЕРГ

	ЗАВТРАК		
550/2021	Манник без сахара	100/31	136,50
457/2021	Чай без сахара	200	76,90
	ОБЕД		
148/2021	Овощи свежие	100	11,00
330/2021	Плов из мяса	250	460,00
501/2021	Сок (без сахара)	200	88,00
573/2021	Хлеб ржаной	15/40	124,50
			683,50

ПЯТНИЦА

	ЗАВТРАК		
229/2021	Каша рисовая (на воде без сахара)	180/4	126,70
457/2021	Чай без сахара	200	76,90
63/2021	Бутерброд с ржаным хлебом и сыром	10/35	99,30
	ОБЕД		
372/2021	Котлеты куриные (без хлеба и панировки)	67	209,35
260/2013	Каша ячневая (на воде, без сахара)	150	95,70
457/2021	Чай без сахара	200	76,90
573/2021	Хлеб ржаной	15/40	124,50
пром.	Фрукт (апельсин)	150	66,00
			363,10
	Итого		882,00

Технолог: Кушнирюк Ю.А. 

Зав. производством: 

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!