

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Верещагин А.А.
2021 г.

МЕНЮ
Школа
Бирский район

СОГЛАСОВАНО:

Директор



ПОНЕДЕЛЬНИК-2 неделя

Сезон: осень-зима

Начальные классы / ММС/Родительская плата

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Каша рисовая молочная	200/5		5,6	8,4	35,6	244
2	Сыр порционно	10		2,7	2,65	0	35
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,37	0,45	21,6	103,95
4	Булочка дорожная	50		8,3	7,9	27,25	174
5	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	510	57,43	20,07	19,40	93,55	591,95

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Каша рисовая молочная	200/5		5,6	8,4	35,6	244
2	Сыр порционно	10		2,7	2,65	0	35
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,37	0,45	21,6	103,95
4	Булочка дорожная	50		8,3	7,9	27,25	174
5	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
	ИТОГО			20,07	19,40	93,55	591,95

№	Обед	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Винегрет	40		0,5	0,95	2,85	22
2	Суп с бобовыми	250		7,9	4,3	31,5	199
3	Котлеты из говядины	60		4,77	4,32	4,8	78,3
4	Каша пшеничная рассыпчатая	100/5		4,4	2,7	26,1	141,6
5	Компот из сухофруктов	200		0,5	0,1	31,2	121
6	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60		4,5	0,6	28,8	138,6
	ИТОГО за день	715	100,00	22,57	12,97	125,25	1292,45

Родительская плата

№	ОБЕД РП	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Котлеты из говядины	60		4,77	4,32	4,8	78,3
2	Каша пшеничная рассыпчатая	150/5		4,4	2,7	26,1	141,6
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,37	0,45	21,6	103,95
4	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	460		45,00	12,64	7,47	61,60

Шеф-повар

В.В. Воротыкин



МЕНЮ
Школа
Бирский район

СОГЛАСОВАНО:
Директор
[Signature]



ВТОРНИК-2 неделя

Сезон: осень-зима

Начальные классы / ММС/Родительская плата

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Макароны отварные с тертым сыром	150/15		11,1	12,8	32,2	293
2	Биточки куриные с овощным подливом	60/30		7,8	3,66	18,9	128
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,4	0,5	21,6	104,0
4	Чай с лимоном и сахаром	200		1,4	1,4	11,2	61
ИТОГО		500		57,43	23,67	18,31	83,9

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Макароны отварные с тертым сыром	150/15		11,1	12,8	32,2	293
2	Биточки куриные с овощным подливом	60/30		7,8	3,66	18,9	128
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,4	0,5	21,6	104,0
4	Чай с лимоном и сахаром	200		1,4	1,4	11,2	61
ИТОГО		500		23,67	18,31	83,9	585,95
№	Обед	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Салат картофельный с солеными огурцами	40	100,00	0,6	2,05	2	37,5
2	Щи из свежей капусты со сметаной	250/8		1,7	5,6	8,4	91
3	Плов из куриного филе	150		14,3	17,8	23,7	314,2
4	Хлеб ржаной	60		4,5	0,6	28,8	138,6
5	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
ИТОГО за день		700	100,00	21,2	26,05	72	1 202,3

Родительская плата

№	ОБЕД РП	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Биточки куриные с овощным подливом	60/30	45,00	11,1	12,8	32,2	293
2	Макаронный изделия отварные	150		5,50	4,20	33,30	196,00
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,4	0,5	21,6	104,0
4	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
ИТОГО		485		45,00	20,07	17,45	96,2

Шеф-повар *В.В. Воронкина*



УТВЕРЖДАЮ:
ИП Верещагин А.А.
" " " 2021 г.

МЕНЮ
Школа
Бирский район

СОГЛАСОВАНО:
Директор



СРЕДА-2 неделя

Сезон: осень-зима

Начальные классы / ММС/Родительская плата

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Каша гречневая с куриным филе	150		15,52	12,9	25,41	273
2	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания /масло порц	45/10		3,47	7,7	21,74	169,95
3	Сок	200		0	0	23,4	94
4	Яблоко, шт	105		0,32	0,42	12,08	50
ИТОГО		510	57,43	19,31	21,02	82,63	586,95

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Каша гречневая с куриным филе	150		15,52	12,9	25,41	273
2	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания /масло порц	45/10		3,47	7,7	21,74	169,95
3	Сок	200		0	0	23,4	94
4	Яблоко	105		0,32	0,42	12,08	50
ИТОГО		510		19,31	21,02	82,63	586,95

№	Обед	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		2,7	2,5	18,8	111
2	Тефтели из говядины тушеные с овощами	60/30		5,7	5,1	5,1	379
3	Пюре картофельное	100		2,05	3,27	13,3	92,2
4	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60		4,5	0,6	28,8	138,6
5	Компот из смеси сухофруктов	200		0,5	0,1	31,2	121
ИТОГО за день		700	100,00	15,45	11,57	97,2	1428,75

Родительская плата

№	ОБЕД РП	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Каша гречневая с куриным филе	200		20,69	12,32	33,88	329,28
2	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,37	0,45	21,60	103,95
3	Сок фруктовый	200		0	0	23,4	94
ИТОГО			45,00	24,06	12,77	78,88	527,23

Шеф-повар В. В. Вороженин

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Верещалин А.А.

2021 г.

МЕНЮ
Школа
Бирский район

ЧЕТВЕРГ-2 неделя

СОГЛАСОВАНО:

Директор



Начальные классы / ММС/Родительская плата

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Свекла отварная	45		0,75	0,08	4,45	20
2	Каша рисовая с куриным филе	200		14,8	15,8	43,9	367
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,4	0,5	21,6	104,0
4	Сыр	10		2,7	2,65	0	35
5	Чай с лимоном и сахаром	200		1,4	1,4	11,2	61
	ИТОГО	500		57,43	23,02	20,38	81,15

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Свекла отварная	45		0,75	0,08	4,45	20
2	Каша рисовая с куриным филе	200		14,8	15,8	43,9	367
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,4	0,5	21,6	104,0
4	Сыр	10		2,7	2,65	0	35
5	Чай с лимоном и сахаром	200		1,4	1,4	11,2	61
	ИТОГО	500			23,02	20,38	81,15

№	Обед	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Суп крестьянский со сметаной	250/8		2,10	5,10	12,40	105,00
2	Котлеты из говядины	60		4,77	4,32	4,80	78,30
3	Макаронные изделия отварные	150		5,5	4,2	33,3	196
4	Хлеб ржаной	40		3,4	1,3	19,3	104,0
5	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
	ИТОГО за день	708		100,00	13,77	14,94	78,92

Родительская плата

№	ОБЕД РП	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл	
1	Суп крестьянский со сметаной	250/8		2,10	5,10	12,40	105,00	
2	Макаронные изделия отварные	150		5,5	4,2	33,3	196	
3	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35	
4	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,4	0,5	21,6	104,0	
	ИТОГО	653		45,00	11,17	9,75	85,50	474,95

Шеф-повар

В.В. Воронина



МЕНЮ
Школа
Бирский район

СОГЛАСОВАНО:
Директор



ПЯТНИЦА-2 неделя

Сезон: осень-зима

Начальные классы / ММС/Родительская плата

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Биточки рыбные с овощным подливом	60/30		12,6	7	45	267
2	Пюре картофельное	150/5		3,07	4,89	19,9	137,7
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания /масло порц	45/10		3,47	7,7	21,74	169,95
4	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	500	57,43	19,24	19,59	95,74	609,65

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ

№	Завтрак	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Биточки рыбные с овощным подливом	60/30		12,6	7	45	267
2	Пюре картофельное	150/5		3,07	4,89	19,9	137,7
3	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания /масло порц	45/10		3,47	7,7	21,74	169,95
4	Чай с сахаром	200		0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	500		19,24	19,59	95,74	609,65

№	Обед	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Морковь с сахаром	40		0,4	1,8	5,8	40
2	Борщ со свежей капустой и сметаной	250/8		1,70	5,00	11,60	97,00
3	Каша перловая с мясом говядины	150		9	33	25,5	435
4	Компот из смеси сухофруктов	200		0,5	0,1	31,2	121
5	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60		4,5	0,6	28,8	138,6
	ИТОГО за день	708	100,00	16,1	40,5	102,9	1441,25

Родительская плата

№	ОБЕД РП	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Борщ со свежей капустой и сметаной	250/8		1,70	5,00	11,60	97,00
2	Пюре картофельное	150/5		3,07	4,89	19,9	137,7
3	Компот из смеси сухофруктов	200		0,5	0,1	31,2	121
4	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45		3,4	0,5	21,6	104,0
	ИТОГО	658	45,00	8,64	10,44	84,30	459,65

Шеф-повар В.В. Воронкина