

«Согласовано»
Директор МАДУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 1 (понедельник)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Макароны с сыром	200	15,09	13,64	48,96	378,98
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Фрукты свежие по сезонности	100	0,80	0,20	7,50	35,00
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
ИТОГО	520	21,78	18,46	83,16	585,92

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	60	0,72	2,82	4,62	46,74
Суп вермишелевый на кур\б	200	2,01	3,53	12,52	89,90
Рагу из мяса птицы (курица)	240	26,72	24,64	30,05	448,86
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	33,83	32,06	106,33	849,20

ПОЛДНИК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Котлеты рубленые (говядина)	90	13,41	12,98	11,57	216,70
Каша гречневая	150	6,32	5,36	28,53	187,64
Салат из моркови с растительным маслом	50	0,61	2,05	3,24	33,82
Напиток клубничный	200	0,01	0,04	12,83	51,75
Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,16	20,56	104,68
ИТОГО	530	23,35	21,59	76,73	594,60

Зав. производством Алекс
Ответственный по питанию Степ
Бухгалтер-калькулятор Ян

«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Евгений Генцов Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»
Н.В. Цивилёва

МЕНЮ

День 2 (вторник)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша пшенная	200	5,75	5,07	27,53	178,77
Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	35,83
Чай с молоком	200	2,40	2,56	9,75	71,66
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	500	16,55	22,53	83,09	601,56

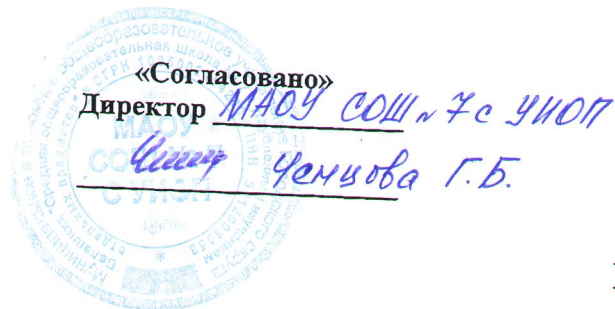
ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы с маслом раст	60	0,31	2,18	1,82	28,12
Ши из свежей капусты со сметаной и курами	200	3,12	4,32	6,74	78,34
Тефтели мясные	90	13,69	16,66	13,15	257,31
Рис с овощами	150	3,38	4,18	35,62	193,59
Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	24,36	28,48	110,28	794,89

ПОЛДНИК 1 - 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Рыба, запеченная с картофелем, порусски	200	20,65	12,12	25,72	294,48
Огурцы консервированные	40	0,32	0,04	0,68	4,36
Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Кисель ягодный (смородина)	200	0,17	0,06	14,08	57,56
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	520	27,13	15,92	86,20	596,82

Зав. производством Мц
Ответственный по питанию Степ
Бухгалтер-калькулятор Игорь



«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 3 (среда)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Пудинг из творога запеченный	150	25,23	15,43	23,66	334,40
Соус вишневый	50	0,20	0,05	17,69	72,03
Чай	200	0,0	0,0	5,99	23,98
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Фрукты свежие по сезону	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ИТОГО	530	27,41	24,71	67,50	602,04

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Огурцы консервированные	60	0,48	0,06	1,02	6,54
Суп картофельный с бобовыми(горохом) на кур\б	200	4,30	4,50	15,65	120,28
Голубцы с соусом	240	18,41	36,67	26,06	507,90
Компот из зам.ягод	200	0,10	0,04	20,72	83,64
Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	27,02	42,29	93,49	862,66

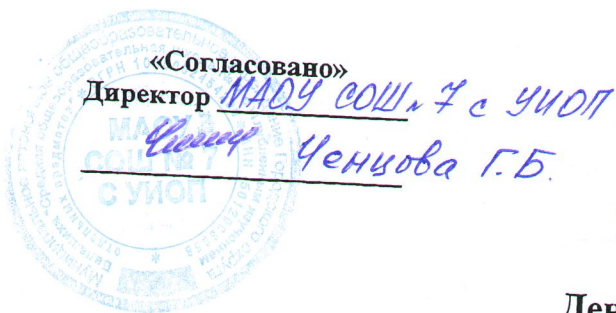
ПОЛДНИК 1 - 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Говядина тушеная с картофелем	200	13,43	13,36	26,35	279,38
Салат из свеклы с раст. маслом	60	0,31	2,18	1,82	28,12
Компот из ягод быстрозамороженных(клюква)	200	0,08	0,03	8,58	34,94
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	520	18,32	17,31	67,59	499,46

Зав. производством Мч.

Ответственный по питанию Толст.

Бухгалтер-калькулятор Иван



МЕНЮ

День 4 (четверг)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша рисовая	200	6,14	6,94	43,36	260,50
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,16	20,56	104,68
Булочка с изюмом или выпечка п/п	50	4,43	3,77	26,53	157,74
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,0	35,83
ИТОГО	500	20,28	18,86	106,87	678,35

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из квашеной капусты	60	0,00	2,00	1,00	21,98
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,66	2,04	12,72	75,86
Фрикадельки мясные	30	6,39	5,28	3,20	85,82
Биточки рыбные	90	18,59	3,80	14,91	168,17
Пюре картофельное	150	3,28	4,95	21,99	145,57
Компот из подов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	790	34,29	19,12	112,95	761,09

ПОЛДНИК 1 - 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Пельмени с маслом сливочным	240	22,89	36,59	48,86	616,29
Напиток яблочный	200	0,06	0,06	7,37	30,19
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
ИТОГО	460	24,44	37,22	66,51	698,83

Зав. производством Мещ-
Ответственный по питанию Степ
Бухгалтер-калькулятор Или



«Согласовано»
 Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.



«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал»
Сивилёва Н.В.

МЕНЮ

День 5 (пятница)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Омлет с сыром запеченный	200	23,64	30,23	3,32	379,93
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Чай	200	0,00	0,00	5,99	23,98
Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80
ИТОГО	500	31,14	35,89	69,92	727,73

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат Мозайка	60	1,73	4,43	6,11	71,16
Борщ с капустой и картофелем, курами и сметаной	200	3,15	8,32	14,11	143,91
Бефстроганов из сердца гов. отварного	90	15,61	5,94	5,27	136,97
Каша гречневая	150	6,32	5,36	28,53	187,64
Компот из плодов свежих(яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	30,67	25,18	106,97	777,23

ПОЛДНИК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Запеканка рисовая с творогом и изюмом	200	13,13	9,65	71,54	425,55
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Компот из плодов свежих(лимон)	200	0,13	0,01	22,40	90,22
Фрукты свежие по сезонности	100	0,80	0,20	7,50	35,00
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
ИТОГО	530	15,64	18,69	111,80	678,00

Зав. производством Мич
 Ответственный по питанию Сивилёва Н.В.
 Бухгалтер-калькулятор Ченцова Г.Б.

«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 6 (понедельник)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша овсяная	200	4,17	9,63	20,79	186,54
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Творог для детского питания	50	9,00	4,50	1,50	84,50
ИТОГО	510	22,06	19,91	69,55	547,66

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Огурцы консервированные	60	0,48	0,06	1,02	6,54
Щи из свежей капусты со сметаной и курами	200	3,12	4,32	6,74	78,34
Печень по-строгановски	90	13,43	9,25	3,80	152,11
Пюре картофельное	150	3,28	4,95	21,99	145,57
Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	90,22
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	24,17	19,61	85,98	617,07

ПОЛДНИК 1 - 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Запеканка со свежими плодами	200	9,17	13,92	47,89	353,53
Булочка «Любимая»	50	4,41	3,76	24,36	148,98
Напиток клубничный	200	0,01	0,04	12,83	51,75
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	510	18,09	19,47	115,92	711,27

Зав. производством М.С.
Ответственный по питанию Л.С.
Бухгалтер-калькулятор У.С.

«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 7 с УКОП
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 7 (вторник)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша пшенная	200	5,75	5,07	27,53	178,77
Ватрушка с творогом или выпечка п/п	50	6,20	3,71	21,50	144,15
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,9	3,84	13,67	104,86
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	35,83
Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,68
ИТОГО	500	21,17	16,73	83,26	568,28

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	60	0,72	2,82	4,62	46,74
Суп картофельный с консервами рыбными	200	8,17	4,12	11,35	115,21
Тефтели мясные	90	13,69	16,66	13,15	257,31
Изделия макаронные отварные	150	5,81	4,40	37,05	210,99
Напиток из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	32,78	29,07	125,31	893,94

ПОЛДНИК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Рагу из мяса птицы(курица)	200	22,27	20,54	25,04	374,05
Огурцы консервированные	60	0,48	0,06	1,02	6,54
Напиток вишневый	200	0,10	0,02	9,26	37,66
Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,68
ИТОГО	500	25,84	21,78	55,88	522,93

Зав. производством Мед.

Ответственный по питанию Лопатин

Бухгалтер-калькулятор Усманов

«Согласовано»
 Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал»
Цивилева Н.В.

МЕНЮ

День 8 (среда)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша рисовая	200	6,14	6,94	43,36	260,50
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	13,67	104,86
Сыр (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	107,49
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
ИТОГО	500	21,58	29,63	87,95	704,75

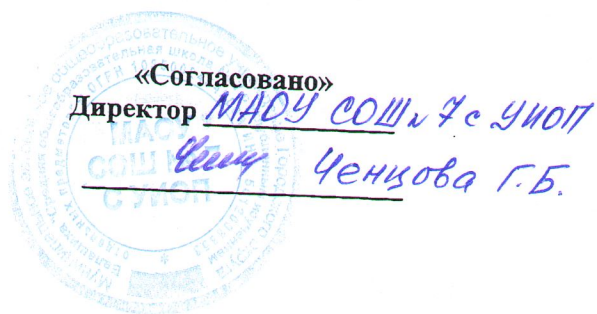
ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы с маслом раст	60	0,31	2,18	1,82	28,12
Рассольник ленинградский со сметаной на курб	200	1,94	2,76	13,68	87,31
Пельмени с маслом сливочным	240	22,89	36,59	48,86	616,29
Компот из зам. ягод	200	0,1	0,04	20,72	83,64
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	28,98	42,59	115,12	959,66

ПОЛДНИК 1 - 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Макароны с сыром	200	15,09	13,64	48,96	378,98
Фрукты свежие по сезонности	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Сок фруктовый	200	2,00	0,20	20,20	90,60
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	560	21,99	15,98	109,80	671,00

Зав. производством Мещ.
 Ответственный по питанию _____
 Бухгалтер-калькулятор _____



МЕНЮ

День 9 (четверг)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Омлет	200	20,88	22,47	3,90	301,37
Чай	200	0,00	0,00	5,99	23,98
Булочка с изюмом или выпечка п/п	50	4,43	3,77	26,53	157,74
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	510	29,81	27,98	67,27	640,10

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	60	0,72	2,82	4,62	46,74
Суп вермишелевый на кур\б	200	2,01	3,53	12,52	89,90
Плов куриный	240	19,28	24,10	46,92	481,69
Компот из плодов свежих(яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	25,87	31,59	117,02	855,87

ПОЛДНИК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Биточки рубленые куриные	90	16,09	14,21	13,41	245,93
Пюре картофельное	150	3,28	4,95	21,99	145,57
Кукуруза консервированная	40	4,12	1,96	24,00	130,12
Компот из плодов сушеных	200	0,48	0,04	14,83	61,57
Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,58	10,28	52,34
ИТОГО	500	25,47	21,73	84,51	635,53

Зав. производством Меч.
 Ответственный по питанию Сивилёва Н.В.
 Бухгалтер-калькулятор Меч.



«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»



МЕНЮ

Цивилова Н.В.

День 10 (пятница)

ЗАВТРАК 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша гречневая молочная	200	7,13	9,46	25,36	215,12
Какао-напиток на молоке	200	3,97	3,80	9,10	86,50
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,0	35,83
Фрукты свежие по сезонности	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ИТОГО	570	18,32	18,35	75,11	538,87

ОБЕД 1 – 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из квашеной капусты	60	0,00	2,00	1,00	21,98
Суп картофельный с бобовыми(горохом) на кур\б	200	4,30	4,50	15,65	120,28
Котлета рыбная	90	18,59	3,80	14,91	168,17
Картофель отварной, резаный	150	3,07	4,73	24,73	153,80
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	760	30,33	16,10	115,43	727,91

ПОЛДНИК 1 - 4 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Суфле творожное запеченное	150	22,86	14,75	23,12	316,65
Соус вишневый	50	0,20	0,05	17,69	72,03
Фрукты свежие по сезонности	100	0,80	0,20	7,50	35,00
Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,37	0,08	18,52	76,27
Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,68
ИТОГО	540	27,24	16,24	87,39	604,63

Зав. производством Мел
Ответственный по питанию Сидорова
Бухгалтер-калькулятор Мел



«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОТ
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 1 (понедельник)

Цивилёва Н.В.

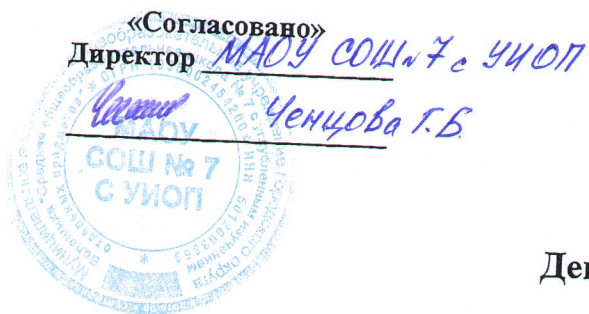
ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Макароны с сыром	200	15,09	13,64	48,96	378,98
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Фрукты свежие по сезонности	120	0,96	0,24	9,00	42,00
Хлеб из муки пшеничной	30	2,25	0,87	15,42	78,51
ИТОГО	550	22,69	18,79	89,80	619,09

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	100	1,20	4,70	7,70	77,90
Суп вермишелевый на кур\б	250	2,51	4,42	15,65	112,38
Рагу из мяса птицы (курица)	280	31,17	28,73	35,06	523,67
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	39,26	38,93	117,55	977,64

Зав. производством Мед-
Ответственный по питанию Кур
Бухгалтер-калькулятор УИ



«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 2 (вторник)



ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша пшеничная	230	6,61	5,83	31,66	205,58
Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	71,66
Чай с молоком	200	2,40	2,56	9,75	71,66
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	560	21,23	28,20	102,10	747,61

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы с маслом раст	100	0,52	3,63	3,03	46,87
Щи из свежей капусты со сметаной и курами	250	3,90	5,41	8,42	97,92
Тефтели мясные	100	15,22	18,51	14,61	285,90
Рис с овощами	180	4,06	5,01	42,74	232,30
Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	27,55	33,70	121,76	900,53

Зав. производством *Мер*
 Ответственный по питанию *Тер*
 Бухгалтер-калькулятор *М*

«Согласовано»
 Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал»
Цивилева Н.В.

МЕНЮ

День 3 (среда)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Пудинг из творога запеченный	200	33,64	20,57	31,55	445,87
Соус вишневый	50	0,20	0,05	17,69	72,03
Чай	200	0,0	0,0	5,99	23,98
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Фрукты свежие по сезону	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ИТОГО	580	35,82	29,85	75,39	713,50

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Огурцы консервированные	100	0,80	0,10	1,70	10,90
Суп картофельный с бобовыми(горохом) на кур\б	250	5,37	5,63	19,56	150,35
Голубцы с соусом	280	21,47	42,78	30,40	592,55
Компот из зам. ягод	200	0,10	0,04	20,72	83,64
Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	31,48	49,57	102,42	981,74

Зав. производством ММ
 Ответственный по питанию Жур
 Бухгалтер-калькулятор Жур

«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.



«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»



МЕНЮ

День 4 (четверг)

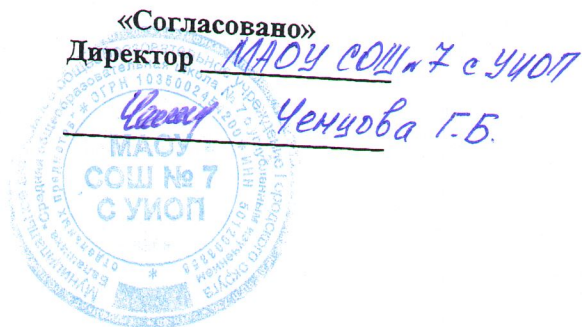
ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша рисовая	230	7,06	7,99	49,86	299,57
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Булочка с изюмом или выпечка п/п	50	4,43	3,77	26,53	157,74
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,0	35,83
ИТОГО	550	22,70	20,48	123,66	769,76

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из квашеной капусты	100	0,00	3,33	1,67	36,63
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,08	2,55	15,90	94,82
Фрикадельки мясные	45	9,58	7,92	4,79	128,73
Биточки рыбные	100	20,65	4,22	16,56	186,85
Пюре картофельное	180	3,93	5,93	26,39	174,68
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	935	40,62	25,01	124,45	885,41

Зав. производством М.И.
Ответственный по питанию Г.Б.
Бухгалтер-калькулятор И.И.



«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал»
Цивилева Н.В.

МЕНЮ

День 5 (пятница)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Омлет с сыром запеченный	200	23,64	30,23	3,32	379,93
Зеленый горошек	50	1,55	0,10	3,25	20,10
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Чай	200	0,00	0,00	5,99	23,98
Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80
ИТОГО	550	32,69	35,99	73,17	747,83

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат Мозайка	100	2,88	7,38	10,18	118,60
Борщ с капустой и картофелем, курами и сметаной	250	3,94	10,40	17,64	179,89
Бефстроганов из сердца гов. отварного	100	17,35	6,60	5,85	152,19
Каша гречневая	180	7,59	6,43	34,23	225,17
Компот из плодов свежих(яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	35,61	31,94	120,86	913,40

Зав. производством Мц
 Ответственный по питанию Степ
 Бухгалтер-калькулятор Степ

«Согласовано»
 Директор МАОУ СОШ №7 с УИОП
 Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 6 (понедельник)

Цивилева Н.В.

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша овсяная	230	4,80	11,08	23,91	214,52
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Творог для детского питания	50	9,00	4,50	1,50	84,50
Печенье	20	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	560	24,19	23,32	87,54	659,04

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Огурцы консерв/огурцы свежие	100	0,80	0,10	1,70	10,90
Щи из свежей капусты со сметаной и курами	250	3,90	5,41	8,42	97,92
Печень по-строгановски	100	14,92	10,27	4,22	169,01
Пюре картофельное	180	3,93	5,93	26,39	174,68
Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	90,22
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	27,41	22,75	93,17	687,03

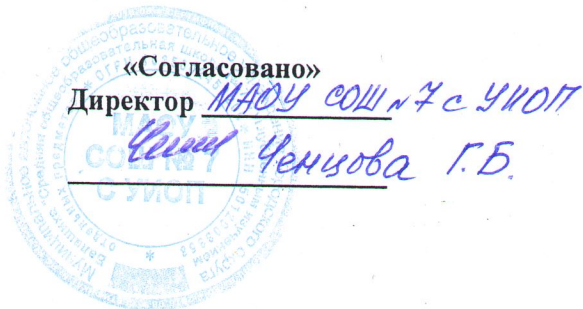
ПОЛДНИК 5 - 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Запеканка со свежими плодами	240	11,00	16,71	57,46	424,23
Булочка «Любимая»	50	4,41	3,76	24,36	148,98
Напиток клубничный	200	0,01	0,04	12,83	51,75
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	550	19,92	22,26	125,50	781,98

Зав. производством М.И.

Ответственный по питанию Л.И.

Бухгалтер-калькулятор И.И.



МЕНЮ

День 7 (вторник)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша пшенная	230	6,61	5,83	31,66	205,58
Ватрушка с творогом или выпечка п\п	50	6,20	3,71	21,50	144,15
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,9	3,84	13,67	104,86
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	35,83
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	550	23,53	18,07	97,67	647,44

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	100	1,20	4,70	7,70	77,90
Суп картофельный с консервами рыбными	250	10,22	5,15	14,19	144,01
Тефтели мясные	100	15,22	18,51	14,61	285,90
Изделия макаронные отварные	180	6,97	5,27	44,46	253,19
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржанно-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	37,98	34,71	140,10	1024,69

Зав. производством

Ответственный по питанию

Бухгалтер-калькулятор

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 7 с УИОП
Ченцова Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 8 (среда)

Сивилёва Н.В.

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша рисовая	230	7,06	7,99	49,86	299,86
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	13,67	104,86
Сыр (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	107,49
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
ИТОГО	550	24,00	32,63	109,33	827,23

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы с маслом раст	100	0,52	3,63	3,03	46,87
Рассольник ленинградский со сметаной на кур\б	250	2,42	3,45	17,10	109,14
Пельмени с маслом сливочным	280	26,70	42,69	57,01	719,01
Компот из зам. ягод	200	0,1	0,04	20,72	83,64
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	33,48	50,83	127,90	1102,95

Зав. производством *М.И.*

Ответственный по питанию *Сивилёва Н.В.*

Бухгалтер-калькулятор *Сивилёва Н.В.*



«Согласовано»
Директор МАОУ СОШ № 7 с УИОП
Чемцова Г.Б.

«Утверждаю»
Директор ООО «Гранзтерминал»



МЕНЮ

День 9 (четверг)

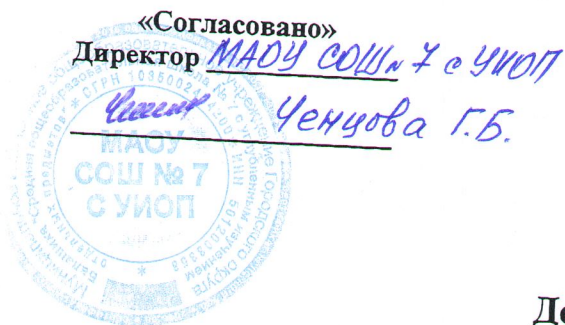
ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Омлет	200	20,88	22,47	3,90	301,37
Зеленый горошек	50	1,55	0,10	3,25	20,10
Чай	200	0,00	0,00	5,99	23,98
Булочка с изюмом или выпечка п/п	50	4,43	3,77	26,53	157,74
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	560	31,36	28,08	70,52	660,20

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	100	1,20	4,70	7,70	77,90
Суп вермишелевый на кур\б	250	2,51	4,42	15,65	112,38
Плов куриный	280	22,50	28,11	54,74	561,97
Компот из плодов свежих(яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	30,07	38,37	131,05	989,78

Зав. производством М.С.
Ответственный по питанию С.С.
Бухгалтер-калькулятор С.С.



МЕНЮ

День 10 (пятница)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша гречневая молочная	230	8,20	10,88	29,17	247,38
Какао-напиток на молоке	200	3,97	3,80	9,10	86,50
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,0	35,83
Фрукты свежие по сезонности	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ИТОГО	600	19,39	19,77	78,91	571,14

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из квашеной капусты	100	0,00	3,33	1,67	36,63
Суп картофельный с бобовыми(горохом) на кур\б	250	5,37	5,63	19,56	150,35
Котлета рыбная	100	20,65	4,22	16,56	186,85
Картофель отварной, резаный	180	3,68	5,68	29,68	184,56
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	34,09	19,92	126,61	822,08

Зав. производством *Мир*
 Ответственный по питанию *Смирнов*
 Бухгалтер-калькулятор *Андрей*