

Согласовано
 Начальник территориального отдела
 Управления Роспотребнадзора по
 Челябинской области в Сосновском,
 Аргаяшском и Кунашакском
 Районах _____ Н.Р.Аншакова
 От « ____ » _____ 2017 г.

Утверждаю
 Директор МОУ Мирненская СОШ
 _____ М.В.Подобед
 Директор ООО «Виктория»
 _____ С.И.Рыбчинский
 от « ____ » _____ 2017 г.

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ СТОЛОВОЙ
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 01.09.2017 г. на 40,00 рублей**

Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Цена, руб.
1 неделя						
День 1 Понедельник						
Макароны отварные с маслом	180/10	3,6	6,4	25,6	224	6,88
Сосиска молочная	65	3,33	7,2	0,48	80,04	9,10
Чай с сахаром	200	0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		11,56	16,3	68,68	500,04	20,16
День 2 Вторник						
Каша мол. Рисовая со слив. маслом	180/10	3,96	14,76	37,8	309,6	12,00
Чай с сахаром	200	0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный	25	2,2	1,35	13,8	69	1,15
Бутерброд с маслом и сыром	25/10/10	3,6	14,5	9,4	101,9	11,43
Итого:		9,96	30,61	76,0	538,50	26,46
День 3 Среда						
Плов из мясо говядины	50/150	24,3	13,32	42,52	387,72	50,00
Компот из сухофруктов	200	0,60	0	31,4	124	4,20
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		29,30	16,02	101,52	649,72	56,50
День 4 Четверг						
Котлета куриная	80	12,72	22,45	1,40	258,34	32,86
Картофельное пюре	180/5	2,61				13,00
Чай с сахаром		0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный		4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		19,96	30,75	63,87	625,7	50,04
День 5 Пятница						
Суп гороховый. с фрикадельками	250/30	15,6	11	22,54	253,4	28,00
Чай с сахаром	200	0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		19,96	13,7	65,14	449,4	32,18
2 неделя						
День 6 Понедельник						
Каша гречневая	150/10	3,9	7,4	29,2	240	9,42
Сосиска молочная	65	3,33	7,2	0,48	80,04	9,10
Соус красный основной	50	0,6	3,1	1,0	24	1,70
Чай с сахаром	200	0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		13,43	20,46	73,28	540,04	24,40
День 7 Вторник						
Макароны отварные с маслом	180/10	3,6	6,4	25,6	224	6,88
Котлета с мясом говядины	80	16,29	7,8	31,68	262,15	42,35
Чай с сахаром	200	0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		24,49	16,96	99,88	682,15	53,41

День 8 Среда						
Рис отварной	180	7	1	71,4	330	6,42
Горбуша тушёная с овощами	65/25	13,51	7,03	4,03	132,6	35,00
Соус красный основной	50	0,6	3,1	1,0	24	1,70
Чай с сахаром	200	0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		25,71	21,09	119,03	757,6	47,30
День 9 Четверг						
Куры тушёные в сметанном соусе	80	12,75	22,45	1,40	258,34	33,86
Картофельное пюре	180/7	2,61	5,6	19,87	171,36	13,00
Чай с сахаром	200	0,20	0	15	58	1,88
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		19,96	30,75	63,87	625,7	51,04
День 10 Пятница						
Борщ со сметаной и фрикадельками	250/10/30	17,52	15,36	32,75	335,8	32,01
Компот	200	0,60	0	31,4	124	4,20
Хлеб пшеничный	50	4,4	2,7	27,6	138	2,30
Итого:		22,52	18,12	91,75	597,8	38,51
Итого за 10 дней		196,09	214,64	823,02	5966,65	400,00
Итого стоимость одного дня:						40,00