

МЕНЮ НА 2 СЕНТЯБРЯ

<i>платинки</i>	ккал	Выход	Цена
<i>Салат из св огурцов</i>	137	100	6-15
<i>Щи из св капусты</i>	133	200/10	10-39
<i>Гуляш</i>	335	50/50	32-33
<i>Макароны</i>	202	150	5-12
<i>Чай с сахаром</i>	87	215	1-28
<i>Хлеб</i>	50	60	3-72
<i>Итого :</i>	807		58,99

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар: *ИФ*

Иванникова Н.П

Калькулятор:

Кудряшова И.А

Школа

Нижне-Койская ООШ

Отд./корп

11-18 лет

День

02.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	260	гуляш	100	36,89	335	13	14	3
	гор.напиток	309	макаронны отварные с маслом	200	8,05	202	5	8	29
	хлеб	376	чай с сахаром	200	1,36	87	5	2	20
Завтрак 2			хлеб	40	2,48	95	6	6	13
			яблоко	141	21,20	78			
Обед	закуска	20	салат из св огурцов	100	1,07	137	1	41	11
	1 блюдо	88	щи из свежей капусты с картофелем	200	6,12	133	1	0	47
	2 блюдо		азу	100	36,55	368	15	17	3
	гарнир	321	пюре картофельное	200	6,57	145	4	5	23
	сладкое	342	компот из св яблок	200	8,03	47	1	0	30
	хлеб бел.		хлеб	40	2,66	95	6	6	13
	хлеб черн.		конфеты шоколадные	36	8,64	158			

Утверждаю директор школы :

С.В. Арзамасов



Школа

Нижне-Койская ООШ

Отд./корт

6-10 лет

День

02.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рел.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	260	гуляш	100	36,89	335	13	14	3
	гор.напиток	309	макаронны отварные с маслом	200	8,05	202	5	8	29
	хлеб	376	чай с сахаром	200	1,36	87	5	2	20
			хлеб	40	2,48	95	6	6	13
Завтрак 2	фрукты		яблоко	156	23,40	71			
Обед	закуска	20	салат из свежих огурцов	100	0,76	137	1	41	11
	1 блюдо	88	щи из свежей капусты с картофелем	200	6,12	133	1	0	47
	2 блюдо		азу	100	36,12	368	15	17	3
	гарнир	321	пюре картофельное	200	7,07	145	4	5	23
	сладкое	342	компот из свежих яблок	200	8,03	47	1	0	30
	хлеб бел.		хлеб	40	2,66	95	6	6	13
	хлеб черн.		конфеты шоколадные	18	4,32	79			

утверждаю директор школы:



С.В. Арзамасов

03.сен

МЕНЮ НА

с 6 - 10 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
суп рыбный	105,6	200/20	12,42
птица жарен с соусом	197	75/50	32,49
гречка	249,5	100	5,73
чай с сахаром	56	215	1,46
хлеб	50	40	2,80
0,00			0,00
итого	658,10		54,90



С.В.Арзамасов.
Н.П.Иванникова
И.А.Кудряшова

Директор школы
Шеф/повар 
Калькулятор:


03.сен

МЕНЮ НА

с 11 - 18 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
суп рыбный	105,6	200/20	12,42
птица жарен и соусом	197	75/50	32,74
гречка	249,5	100	5,93
чай с сахаром	56	215	1,42
хлеб	50	60	3,99
0,00		0	0,00
итого	658,10		56,50



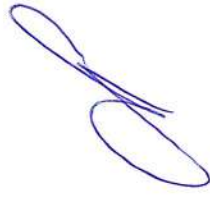
С.В.Арзамасов
Н.П. Иванникова
И.А.Кудряшова

Директор школы
Шеф/повар 
Калькулятор:

МЕНЮ НА 3 СЕНТЯБРЯ

платники	ккал	Выход	Цена
Суп рыбный	105,6	200/20	16-05
Птица жарен с соусом	197	75/50	32-33
Гречка	249,5	100	5-48
Чай с сахаром	56	215	1-42
Хлеб	50	60	3-99
Итого :	658,1		59-27

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар:



Иванникова Н.П

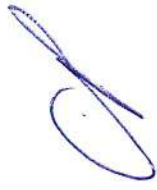
Калькулятор:

Кудряшова И.А

МЕНЮ НА 6 СЕНТЯБРЯ

платники	ккал	Выход	Цена
Суп лапша	223,9	200/25	16-69
Котлета рыбная с соусом	403,7	75/50	30-85
Рис	107	150	6-62
Чай с сахаром	56	215	1-46
Хлеб	50	60	3-99
Итого :	840,6		59-61

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар:



Иванникова Н.П

Калькулятор:

Кудряшова И.А

МЕНЮ НА

08.сен

с 6 - 10 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
салат из свежей капусты с яблоком	88,9	80	9,99
рассольник Ленинградский	310	200	1,80
плов с птицей	220	60/150	32,42
компот из свежих яблок	140	200	8,03
хлеб	56	40	2,66
0	0	0	0,00
итого	784,90		54,90

С.В.Арзамасов.
Н.П.Иванникова
И.А.Кудряшова

Директор школы
Шеф/повар
Калькулятор:

МЕНЮ НА

08.сен

с 11 - 18 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
салат из св капусты с яблоком	88,9	80	9,96
рассольник Ленинградский	310	200	1,80
плов с птицей	220	60/150	34,05
компот из свежих яблок	110	200	8,03
хлеб	56	40	2,66
0,00	0	0	0,00
0,00	0	0	0,00
итого	784,9		56,50

С.В.Арзамасов
Н.П. Иванникова
И.А.Кудряшова

Директор школы
Шеф/повар
Калькулятор:

МЕНЮ НА 8 СЕНТЯБРЯ

Платники	ккал	Выход	Цена
Салат из св катустыс яблоком	88,9	100	11-45
Рассольник Ленинградский	310	200	5-68
Плов с птицей	220	75/150	32-42
Компот из св яблок	110	200	8-06
Хлеб	56	60	3-99
Итого :	784,9		61-60

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар:



Иванникова Н П

Калькулятор:

Кудряшова И.А

МЕНЮ НА

09.сен

ф-11- 18 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
Суп с фасолью	238,8	200/10	7,91
тефтели с маслом	399,5	60/10	27,53
капуста тушен	96,3	200	12,25
чай с сахаром	56	215	1,42
хлеб	50	40	2,66
конфеты шок	79,2	18	4,73
итого	919,80		56,50

Директор школы 
 Шеф/повар 
 Калькулятор:

С.В.Арзамасов
 Н.П. Иванникова
 И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА 9 СЕНТЯБРЯ

платники	ккал	Выход	Цена
Суп с фасолью	238,8	200/10	11-55
Капуста тушеная с мясом	495,8	150/60	36-22
Чай с сахаром	56	215	1-42
Хлеб	50	60	3-99
Итого:	840,6		53-18

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар: 

Иванникова Н.П

Калькулятор:

Кудряшова И.А

МЕНЮ НА

10.сен

с 6 - 10 лет (ЗАВТРАК)	ккал	ВЫХОД	цена
суп с макаронными изделиями	223,9	200	2,12
птица в соусе	197	60/50	33,06
гречка	249,5	100	5,75
компот из св яблок	37	200	7,71
хлеб	50	40	2,66
печенье	74,24	30	3,60
итого	831,64		54,90

Директор школы
 Шеф-повар: 
 Калькулятор: И.А.Кудряшова

С.В.Арзамасов.
 Н.П.Иванникова
 И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА 10 СЕНТЯБРЯ

платники	ккал	Выход	Цена
Суп с макаронными изделиями	223,9	200/10	15-57
Птица в соусе	197	75/50	28-38
Гречка	249,5	100	5-74
Компот из св яблок	56	200	7-48
Хлеб	50	60	3-99
Итого :	776,4		61-16

Директор:  Арзамасов С.В

Ст.повар:  Иванникова Н П

Калькулятор: Кудряшова И.А

МЕНЮ НА

10.сен

с 11 - 18 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
суп с макаронными изделиями	223,9	200	2,16
птица в соусе	197	65/50	34,32
гречка	249,5	100	5,73
компот из яблок	37	200	8,03
хлеб	50	40	2,66
печенье	74,24	30	3,60
0		0	0,00
итого	831,64		56,50

0,00

Директор школы
 Шеф-повар: *И.П.*
 Калькулятор:



С.В.Арзамасов
 И.П. Иванникова
 И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА

13.сен

с 6 - 10 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
суп лапша	223,9	200/50	15,27
рыба жарен с соусом	421,6	100/50	18,49
рис	107	200	10,56
чай с сахаром	56	215	1,42
хлеб	50	40	2,66
конфеты шок	110	25	6,50
итого	968,50		54,90



0,00

МЕНЮ НА

13.сен

с 11 - 18 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
суп лапша	223,9	200/50	18,00
сосиска оте с соусом	407	80/50	21,06
рис	249,5	200	8,43
чай с сахаром	56	215	1,39
хлеб	50	40	2,66
конфеты шок	79,2	18	4,96
0,00	0	0	0,00
итого	1065,60		56,50

Директор школы
Шеф-повар: 
Калькулятор: 

Директор школы
Шеф-повар: 
Калькулятор: 

С.В.Арзамасов
Н.П. Иванникова
И.А.Кудряшова

С.В.Арзамасов.
Н.П.Иванникова
И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА 13 СЕНТЯБРЯ

<i>платники</i>	ккал	Выход	Цена
<i>Суп лапша</i>	223,9	200/25	16-17
<i>Рыба жареная с соусом</i>	421,6	75/50	32-42
<i>Рис отварной</i>	107	150	6-70
<i>Чай с сахаром</i>	56	215	1-36
<i>Хлеб</i>	50	60	3-99
<i>Итого :</i>	858,5		60-64

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар:



Иванникова Н.П

Калькулятор:

Кудряшова И.А

МЕНЮ НА

14.сен

с 11 - 18 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
каша пшеничная	249,5	200/10	14,00
кофейный напиток	143,3	200	12,46
хлеб	50	30	1,99
бутерброд с сыром	370	30/20/10	18,59
конфеты шок	158,4	36	9,46
0,00	0	0	0,00
итого	971,20		56,50

Директор школы _____
 Шеф/повар *И.А. Кудряшова*
 Калькулятор: _____

С.В. Арзамасов
 Н.П. Иванникова
 И.А. Кудряшова

МЕНЮ НА

14.сен

с 6 - 10 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
каша пшеничная	249,5	200/10	14,26
кофейный напиток	143,3	200	12,44
хлеб	50	30	1,99
бутерброд с сыром	370	30/20/15	21,53
конфеты шок	79,2	18	4,68
0,00	0	0	0,00
итого	892,00		54,90

Директор школы _____
 Шеф/повар *И.А. Кудряшова*
 Калькулятор: _____

С.В. Арзамасов.
 Н.П. Иванникова
 И.А. Кудряшова

МЕНЮ НА 14 СЕНТЯБРЯ

<i>платники</i>	ккал	Выход	Цена
Суп гороховый	238,8	200/10	10-66
Котлета мясная с соусом	501,5	75/50	27-13
Гречка	249,5	100	5-73
Напиток кофейный	143,3	200	10-29
Хлеб	50	60	3-99
<i>Итого :</i>	<i>1183,1</i>		<i>57-80</i>

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар:



Иванникова Н.П

Калькулятор:

Кудряшова И.А

МЕНЮ НА

15. сен

	ккал	ВЫХОД	цена
с 11 - 18 лет (ЗАВТРАК)		200/10	4,01
щи из свежей капусты	87,2	75/125	32,85
жаркое по-домашнему	37	200	9,23
компот из свежих яблок	50	40	2,66
хлеб	126,3	15	7,75
сыр		0	0,00
0,00			
итого	1161,58		56,50


0,00
 Директор школы
 Шеф.повар: 
 Калькулятор: И.А.Кудряшова

С.В.Арзамасов
 Н.П.Иванникова
 И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА

15.сен

	ккал	ВЫХОД	цена
с 6 - 10 лет (ЗАВТРАК)		200/10	6,00
щи из свежей капусты	87,2	75/125	33,09
жаркое по-домашнему	394,6	200	9,38
компот из свежих яблок	37	40	2,66
хлеб	50	25	3,77
печенье	125,5		
итого	1068,06		54,90

Директор школы
 Шеф.повар: 
 Калькулятор:

С.В.Арзамасов.
 Н.П.Иванникова
 И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА 15 СЕНТЯБРЯ

платники	ккал	Выход	Цена
Щи из свежей капусты	87,2	200/10	10-95
Жаркое по-домашнему	394,6	75/125	36-57
Компот из свежих яблок	37	200	8-03
Хлеб	50	60	3-99
Итого :	942,56		59-54

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар:



Иванникова Н.П

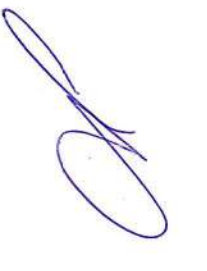

Калькулятор:

Кудряшова И.А

МЕНЮ НА 16. сен

с 11 - 18 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
суп с макаронными изделиями	223,9	200/10	4,15
плов из птицы	220	75/150	37,91
компот из се яблок	37	200	8,03
хлеб	50	40	2,66
печенье	125,5	25	3,75
0,00		0	0,00
итого	656,4		56,50

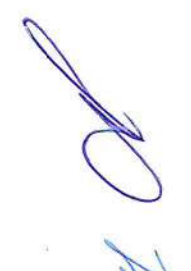

0,00

Директор школы 
 Шеф-повар: 
 Калькулятор: И.А. Кудряшова

С.В.Арзамасов
 Н.П. Иванникова
 И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА 16.сен

с 6 - 10 лет (ЗАВТРАК)	ккал	выход	цена
суп с макаронными изделиями	223,9	200/25	7,16
плов с птицей	220	75/150	37,05
компот из се яблок	37	200	8,03
хлеб	56	40	2,66
0,00		0	0,00
0		0	0,00
итого	536,90		54,90


Директор школы 
 Шеф-повар: 
 Калькулятор: И.А. Кудряшова

С.В.Арзамасов.
 Н.П.Иванникова
 И.А.Кудряшова

МЕНЮ НА 16 СЕНТЯБРЯ

<i>платники</i>	ккал	Выход	Цена
Суп с макаронными изделиями	223,9	200/10	7-04
Плов из птицы	220	75/150	37-05
Компот из св яблок	37	200	8-03
Хлеб	50	60	3-99
Итого :	536,9		56-11

Директор:



Арзамасов С.В

Ст.повар:



Иванникова Н П

Калькулятор:

Кудряшова И.А