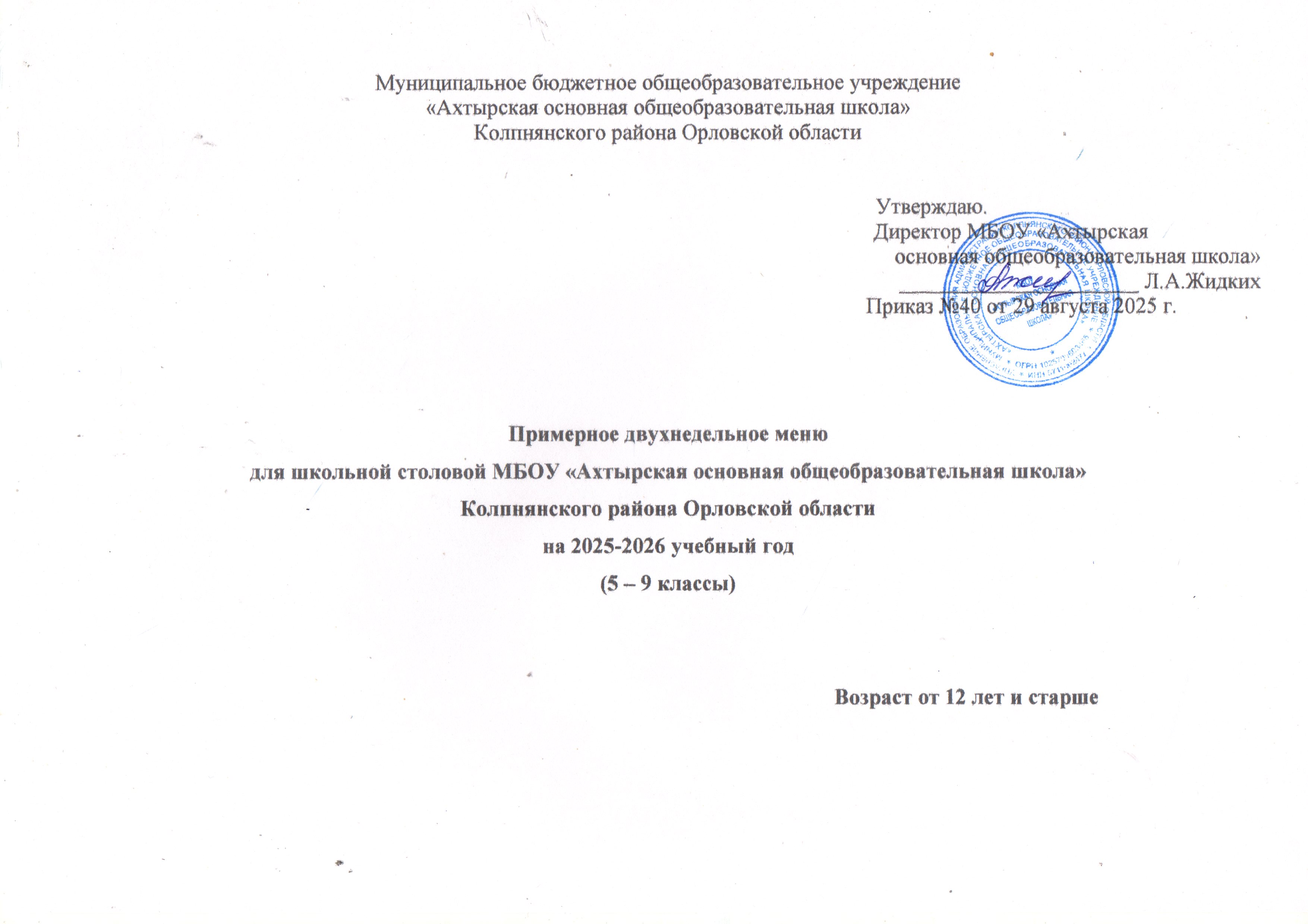
Утверждаю:



Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 1.1 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 175 | Каша геркулесовая молочная с сахаром и маслом | 300 |  | 175 | 4 | 7 | 25 |
| гор. напиток | 375 | Чай с сахаром | 200 |  | 3 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб |  | Батон | 50 |  | 100 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 550 |  | 278 | 7 | 8 | 46 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 45 | Салат из капусты с р/м | 100 |  | 63 | 2 | 4 | 6 |
| 1 блюдо | 96 | Суп картофельный с рисом | 300 |  | 44 | 1 | 2 | 6 |
| 2 блюдо | 227 | Рыба припущенная | 100 |  | 83 | 8 | 4 | 4 |
| гарнир | 302/528ч.1 | Гречка отварная с соусом | 200/50 |  | 1162 | 1 | 128 | 1 |
| сладкое | 432 | Кофейный напиток с сахаром | 200 |  | 110 | 2 | 3 | 21 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1010 |  | 1582 | 17 | 142 | 64 |
|  |  |  |  |  |  | 1860 | 24 | 150 | 110 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 1.2 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 175 | Каша манная молочная с сахаром и маслом | 300 |  | 175 | 4 | 7 | 25 |
| гор. напиток | 432 | Кофейный напиток с сахаром | 200 |  | 110 | 2 | 3 | 21 |
| хлеб | 2 | Батон с повидлом | 50 |  | 100 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 550 |  | 385 | 9 | 11 | 67 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 37 ч. 2 | Салат из солен. огурцов с р/м | 100 |  | 110 | 1 | 1 | 4 |
| 1 блюдо | 111 | Суп картофельный с вермишелью на м. б. | 300 |  | 11 | 0 | 0 | 2 |
| 2 блюдо | 291 | Плов из курицы | 250 |  | 535 | 18 | 40 | 27 |
| гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
| сладкое | 342 | Компот из яблок с сахаром | 200 |  | 53 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 200 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1050 |  | 829 | 22 | 42 | 59 |
|  |  |  |  |  |  | 1214 | 31 | 53 | 176 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 1.3 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 175 | Каша пшенная молочная с сахаром и маслом | 300 |  | 175 | 3 | 6 | 25 |
| гор. напиток | 375 | Чай с сахаром | 200 |  | 3 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб |  | Батон | 50 |  | 100 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 550 |  | 278 | 6 | 7 | 46 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 33 | Салат из красной свеклы с р/м | 100 |  | 63 | 2 | 4 | 6 |
| 1 блюдо | 96 | Рассольник Ленинградский | 300 |  | 28 | 1 | 0 | 6 |
| 2 блюдо | 227 | Рыба припущенная | 100 |  | 83 | 8 | 4 | 4 |
| гарнир | 309/528ч.1 | Рожки отварные с соусом | 200/50 |  | 597 | 18 | 19 | 115 |
| сладкое | 517 | Кисель с сахаром | 200 |  | 120 | 0 | 0 | 32 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1010 |  | 1011 | 32 | 28 | 189 |
|  |  |  |  |  |  | 1289 | 38 | 35 | 235 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 1.4 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 302 | Гречка отварная с сахаром и маслом | 300/20/15 |  | 1744 | 1 | 192 | 2 |
| гор. напиток | 375 | Чай с сахаром | 200 |  | 3 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб | 2 | Батон с повидлом | 30 |  | 100 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 565 |  | 1847 | 4 | 193 | 23 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  | Помидор соленый | 100 |  | 13 | 1 | 0 | 2 |
| 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с бобов. (горох) | 300 |  | 90 | 6 | 0 | 16 |
| 2 блюдо | 278 | Тефтели | 100 |  | 124 | 9 | 6 | 3 |
| гарнир | 312 | Картофельное пюре | 250 |  | 435 | 9 | 42 | 9 |
| сладкое | 382 | Какао с сахаром | 200 |  | 218 | 8 | 6 | 38 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1010 |  | 1000 | 36 | 55 | 94 |
|  |  |  |  |  |  | 2847 | 40 | 248 | 117 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 1.5 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 309 | Макароны отварные с сахаром и маслом | 300/20/15 |  | 1009 | 26 | 28 | 174 |
| гор. напиток | 342 | Компот из яблок с сахаром | 200 |  | 53 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб |  | Батон | 30 |  | 50 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 565 |  | 1112 | 29 | 29 | 195 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 37 ч. 2 | Салат из солен. огурцов с р/м | 100 |  | 160 | 1 | 1 | 3 |
| 1 блюдо | 82 | Борщ из свеж. капусты с картофелем на м. б. | 300 |  | 28 | 1 | 0 | 6 |
| 2 блюдо | 246 | Гуляш из курицы | 100 |  | 185 | 14 | 14 | 7 |
| гарнир | 302 | Перловка отварная | 250 |  | 348 | 14 | 22 | 121 |
| сладкое | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 |  | 110 | 2 | 2 | 20 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1010 |  | 844 | 33 | 38 | 163 |
|  |  |  |  |  |  | 1956 | 62 | 67 | 358 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 2.1 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 175 | Каша манная молочная с сахаром и маслом | 300 |  | 175 | 4 | 7 | 25 |
| гор. напиток | 375 | Чай с сахаром | 200 |  | 3 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб |  | Батон | 50 |  | 100 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 550 |  | 278 | 7 | 8 | 46 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 45 | Салат из капусты с р/м | 100 |  | 63 | 2 | 4 | 6 |
| 1 блюдо | 111 | Суп картофельный с вермишелью | 300 |  | 11 | 0 | 0 | 2 |
| 2 блюдо | 227 | Рыба припущенная | 100 |  | 83 | 8 | 4 | 4 |
| гарнир | 304/528ч.1 | Рис отварной с соусом | 200/50 |  | 348 | 5 | 33 | 8 |
| сладкое | 432 | Кофейный напиток с сахаром | 200 |  | 98 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1010 |  | 723 | 18 | 42 | 46 |
|  |  |  |  |  |  | 1001 | 25 | 50 | 92 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 2.2 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 175 | Каша пшенная молочная с сахаром и маслом | 300 |  | 175 | 4 | 7 | 25 |
| гор. напиток | 375 | Чай с сахаром | 200 |  | 3 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб | 2 | Батон с повидлом | 50 |  | 207 | 5 | 4 | 42 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 550 |  | 385 | 9 | 11 | 67 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 37 ч.2 | Салат из соленых огурцов с р/м | 100 |  | 160 | 1 | 1 | 3 |
| 1 блюдо | 96 | Суп картофельный с рисом на м.б | 300 |  | 44 | 1 | 2 | 6 |
| 2 блюдо | 246 | Гуляш из мяса птицы | 100 |  | 185 | 14 | 14 | 7 |
| гарнир | 309 | Рожки отварные | 200 |  | 623 | 18 | 19 | 115 |
| сладкое | 342 | Компот из яблок с сахаром | 200 |  | 53 | 3 | 0 | 0 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 960 |  | 1185 | 40 | 37 | 157 |
|  |  |  |  |  |  | 1570 | 49 | 48 | 224 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 2.3 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 120 | Лапша молочная вермишелевая с сахаром и маслом | 300 |  | 200 | 6 | 4 | 36 |
| гор. напиток | 375 | Чай с сахаром | 200 |  | 3 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб |  | Батон | 50 |  | 100 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 550 |  | 303 | 9 | 5 | 57 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 33 | Салат из красной свеклы с р/м | 100 |  | 96 | 2 | 5 | 8 |
| 1 блюдо | 96 | Рассольник Ленинградский | 300 |  | 44 | 1 | 2 | 6 |
| 2 блюдо | 423 ч.1 | Тефтеля | 100 |  | 124 | 9 | 6 | 3 |
| гарнир | 302/528 ч.1 | Гречка отварная с соусом | 200/50 |  | 1162 | 1 | 128 | 1 |
| сладкое | 517 | Кисель с сахаром | 200 |  | 120 | 0 | 0 | 32 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1010 |  | 1666 | 16 | 142 | 76 |
|  |  |  |  |  |  | 1969 | 25 | 147 | 133 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 2.4 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 309 | Макароны отварные с сахаром и маслом | 300/20/15 |  | 1009 | 26 | 28 | 174 |
| гор. напиток | 342 | Компот из яблок с сахаром | 200 |  | 53 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб | 2 | Батон с повидлом | 50 |  | 50 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 585 |  | 1112 | 29 | 29 | 195 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска |  | Помидор солёный | 100 |  | 13 | 1 | 1 | 2 |
| 1 блюдо | 82 | Борщ из свежей капусты с картофелем | 300 |  | 28 | 1 | 0 | 6 |
| 2 блюдо | 227 | Рыба припущенная | 100 |  | 83 | 8 | 4 | 4 |
| гарнир | 312 | Картофельное пюре | 250 |  | 435 | 9 | 42 | 9 |
| сладкое | 382 | Какао с сахаром | 200 |  | 218 | 8 | 6 | 40 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1010 |  | 297 | 30 | 54 | 87 |
|  |  |  |  |  |  | 2009 | 59 | 83 | 282 |

Утверждаю:

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Школа | МБОУ «Ахтырская основная общеобразовательная школа» | | | Отд./корп | 5-9 |  | | День | 2.5 |
| Приём пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор. блюдо | 175 | Каша молочная ячневая с сахаром и маслом | 300 |  | 175 | 4 | 7 | 25 |
| гор. напиток | 432 | Кофейный напиток с сахаром | 200 |  | 110 | 2 | 3 | 21 |
| хлеб |  | Батон | 50 |  | 100 | 3 | 1 | 21 |
| Закуска |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 550 |  | 385 | 9 | 11 | 67 |
| Завтрак 2 | фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | закуска | 37 ч.2 | Салат из солёных огурцов с р/м | 100 |  | 160 | 1 | 1 | 3 |
| 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с бобов. (фасоль) | 300 |  | 90 | 6 | 0 | 16 |
| 2 блюдо | 291 | Плов из курицы | 250 |  | 535 | 18 | 40 | 27 |
| гарнир |  |  |  |  |  |  |  |  |
| сладкое | 375 | Чай с сахаром | 200 |  | 3 | 0 | 0 | 0 |
| хлеб бел. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| хлеб черн. |  | Хлеб | 60 |  | 120 | 3 | 1 | 26 |
| Фрукты |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 910 |  | 908 | 28 | 42 | 72 |
|  |  |  |  |  |  | 1293 | 37 | 53 | 139 |