

Утверждаю Директор МОУ «Кукмаринская основная
 общеобразовательная школа» *Г.К. Басова*

Меню с 12.03 по 14.03, 15.03

Дата	№	Наименование блюд	Масса порции, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Цена в рублях
				Б	Ж	У		
12.03	день обед	1 Суп картоф. с м/изд. № 103/2015	200/20	2,15	2,27	13,71	83,80	11,45
		2 Рис отварной № 304/2015	150/10	3,6	5,4	36,6	210	7,7
		3 Рыба отварная № 369/2004	75	14,2	15,0	0,0	202,5	29,02
		4 Соус красный осн. № 587/04	30	0,69	1,4	1,95	23,4	7,93
		5 Компот из изюма № 348/2015	200	0,44	0,02	27,8	113	8,30
		6 Капуста тушеная № 534/2004	60	1,25	2,23	5,8	48	3,71
		7 Хлеб пшеничный стр.95/2015	30	2,3	0,2	14,8	53	2,63
		8 Хлеб ржаной стр.95/2015	30	1,98	0,36	10,02	56,4	7,86
Всего на обед			805,00	24,72	26,99	102,26	763,70	70,67
13.03	5 день обед	1 Борщ с капустой и картофелем № 82/2015	200/20	1,44	3,9	8,8	93	13,12
		2 Макароны отварные № 202/2015	150/10	5,67	3,47	18,73	162,75	8,48
		3 Птица тушеная в соусе № 290/2015	100	11,28	10,84	2,9	162	12,33
		4 Чай с сахаром № 685/2004	200	0,2	-	15,0	58	1,82
		5 Хлеб пшеничный стр.95/2015	30	2,3	0,2	14,8	71	2,63
		6 Хлеб ржаной стр.95/2015	30	1,98	0,36	10,02	53	7,86
		7 Икра морковная рец № 75/2015	60	1,3	2,7	10,1	56,4	7,81
		8 Мандарины (апельсины) свеж № 338/2015	100	0,8	0,2	21,0	95	20,0
Всего на обед			900,00	24,97	21,67	101,35	751,15	78,05
14.03	6 день обед	1 Суп картоф. с крупой № 01/2015	200/20	2,14	2,24	13,71	83,60	11,16
		2 Гречка отварная № 171/2015	150/10	6,4	10,8	41,25	303	10,68
		3 Котлета мясная п/ф.	75	10,8	4,56	7,32	118,61	31,0
		4 Соус красный основной № 587/04	30	0,69	1,4	1,95	23,4	7,93
		5 Компот из смеси с/фр. № 639/2004	200	0,6	-	31,4	124	4,13
		6 Хлеб пшеничный стр.95/2015	30	2,3	0,2	14,8	71	2,63
		7 Хлеб ржаной стр.95/2015	30	1,98	0,36	10,02	53	7,86
		8 Огурцы или помидоры свеж. № 16/2004	60	0,42	0,06	1,14	7,2	1,49
			(60)	0,66	0,12	2,3	(13)	77,39
15.03	7 день обед	1 Щи из свежей капусты с картофелем № 88/2015	200/20	1,4	4,0	6,3	82	10,89
		2 Рис отварной № 304/2015	150/10	3,6	5,4	36,6	210	7,059
		3 Рыба отварная 369/2004	75	14,2	15,0	0,0	202,5	29,02
		4 Соус красный осн. № 587/04	30	0,69	1,4	1,95	23,4	7,93
		5 Компот из кураги № 348/2015	200	1,2	-	31,6	126	8,44
		6 Хлеб пшенич. с.95/2015	30	2,3	0,2	14,8	71	2,63
		7 Хлеб ржаной стр.95/2015	30	1,98	0,36	10,02	53	7,86
		8 Икра свекольная рец № 75/2015	60	1,34	2,7	7,4	60	7,33
Всего на обед			805,00	25,37	26,36	101,27	767,90	73,57