

### Примерное меню обедов

<b>обедаы</b>	масса	Б	Ж	У	К/К
Суп картофельный с горохом с мясом	200/19	10,2/3,6	8,4/2,4	14.0	124/38
каша гречневая рассыпчатая	150	6.6	7.3	24.0	288
колбаса отварная	50	5.6	14	0.2	130
кукурузные палочки	100	5.5	12.6	76.7	442
сок	200	1.3	0.3	25.3	136
бутерброд с сыром	30/30	7.6	0.9	49.7	208
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>43.2</b>	<b>49.00</b>	<b>197.4</b>	<b>1436</b>
щи из свежей кап. с мясом	200/19	2,8/3,6	4,1/2,4	7.6	124/38
макароны отварные	150	5.1	7.5	28.5	243
котлета мясная	75	8.2	12.3	1.7	202
мандарин	300	2.4	0.6	22.5	114
чай с сахаром	200	0.3	0.0	14.0	64
яйцо варёное	40	5.1	4.6	0.3	63
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>30.3</b>	<b>34.6</b>	<b>82.1</b>	<b>918</b>
борщ со сметаной с мясом	200/5/19	3,6/3,6	4,9/2,4	7.0	124/38
рис отварной	150	2.4	4.1	24.2	243
гуляш из филе кури	50/50	21.7	13.3	2.6	85
яблоко свежее	200	0.8	0.8	19.6	94
шоколад "Алёнка"	15	1.0	5.1	8.0	82.5
компот из яблок	200	0.5	0.1	25.5	136
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>36.4</b>	<b>33.8</b>	<b>94.4</b>	<b>872.5</b>
суп полевой с мясом	200/19	3,4/3,6	3,6/2,4	12.0	95/38
капуста тушёная с мясом	150	7.8	9.0	8.1	168.6
батончик шоколадный	30	0.2	1.4	2.6	24.6
бутерброд с сыром	30/30	7.6	0.9	49.7	208
напиток лимонный 16*24	200	0.5	0.1	25.5	136
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>25.9</b>	<b>20.5</b>	<b>105.4</b>	<b>740.2</b>
рассольник ленинградский со смет. с мясом	200/5/19	1,4/3,6	4/2,4	13.1	120/38
пюре картофельное	150	3.2	5.1	20.0	168
голубцы ленивые	108	12.0	18.1	5.9	124.4
компот из груш	200	0.5	0.1	25.5	136
груша	300	1.2	0.0	45.0	171
огурец соленый	30	2.3	16.8	3.3	20
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>27.0</b>	<b>49.6</b>	<b>120.3</b>	<b>847.4</b>
<b>ИТОГО:</b>					

### Примерное меню обедов

<b>обедаы</b>	масса	Б	Ж	У	К/К
Суп картофельный с горохом с мясом	200/19	10,2/3,6	8,4/2,4	14.0	124/38
каша гречневая рассыпчатая	150	6.6	7.3	24.0	288
котлета полтавская	60	13.3	14.9	3.5	194.8
кукурузные палочки	100	5.5	12.6	76.7	442
компот из мандарин	200	0.5	0.1	25.5	136
яйцо варёное	40	5.1	4.6	0.3	63
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>47.6</b>	<b>53.40</b>	<b>151.5</b>	<b>1355.8</b>
щи из свежей кап. с мясом	200/19	2,8/3,6	4,1/2,4	7.6	124/38
макароны отварные	150	5.1	7.5	28.5	243
бифштекс рыбный	75	19.3	8.0	3.5	398
мандарин	300	2.4	0.6	22.5	114
сок	200	1.3	0.3	25.3	136
бутерброд с сыром	30/30	7.6	0.9	49.7	208
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>44.9</b>	<b>26.9</b>	<b>144.6</b>	<b>1331</b>
свекольник со сметаной с мясом	200/5/19	3,7/3,6	3,9/2,4	9.0	124/38
рис отварной	150	2.4	4.1	24.2	243
сосиска отварная	60	6.6	10.5	0.6	130
бутерброд с маслом	30/20	2.4	7.5	14.9	218
кукурузные палочки	100	5.5	12.6	76.7	442
компот из яблок	200	0.5	0.1	25.5	136
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>27.5</b>	<b>44.2</b>	<b>158.4</b>	<b>1401</b>
суп полевой с мясом	200/19	3,4/3,6	3,6/2,4	12.0	95/38
азу с картофелем	150	6.6	10.5	18.6	190.5
батончик шоколадный	30	0.2	1.4	2.6	24.6
горошек зеленый	30	4.8	0.2	7.5	87
яблоко свежее	200	0.8	0.8	19.6	94
напиток лимонный 16*24	200	0.5	0.1	25.5	136
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>22.7</b>	<b>22.1</b>	<b>93.3</b>	<b>735.1</b>
суп картофельный с вермишелью с мясом	200/19	4,4/3,6	1,4/2,4	13.1	103/38
пудинг творожный со сгущ.молоком	150/30	17,7/1,9	8,7/2,4	25,9/16,1	252/94
чай с сахаром	200	0.3	0.0	14.0	64
груша	300	1.2	0.0	45.0	171
бутерброд с сыром	30/30	7.6	0.9	49.7	208
хлеб целебный	35	2.8	3.1	7.5	70
		<b>39.5</b>	<b>18.9</b>	<b>171.3</b>	<b>1000</b>
<b>ИТОГО:</b>					

Бухгалтер:

Зав.производством: Лепина И.А.

Представитель школы: