



Утверждаю



Согласовано

МБОУ «Школа № 4»  
г. Волгодонск  
И.В. Новикова  
19.09.2015

МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ



Утверждаю

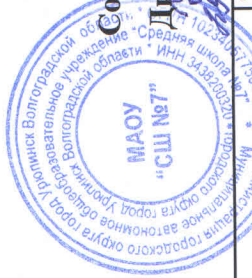
1 день

Согласовано  
Директор МНОУ сср № 4  
М.В. Яковлева

| Прием пищи, наименование блюда                                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------------------|-------------|
|                                                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г |                         |             |
| Ланч                                                                                      |              |                  |         |                         |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор | 60           | 0,60             | 0,10    | 1,75                    | 13,20       |
| Ищи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне №88                                     | 200          | 1,41             | 3,96    | 6,32                    | 71,80       |
| Котлеты рубленные из птицы №294                                                           | 90           | 14,60            | 15,60   | 13,40                   | 252,60      |
| Макаронные изделия отварные с маслом №203                                                 | 150          | 5,10             | 9,15    | 34,20                   | 244,50      |
| Компот из смеси сухофруктов № 639                                                         | 200          | 0,40             | 0,00    | 20,40                   | 84,30       |
| Хлеб пшеничный                                                                            | 30           | 3,90             | 0,50    | 24,10                   | 116,80      |
| Итого за прием пищи:                                                                      | 730          | 26,01            | 29,31   | 100,17                  | 783,20      |



Утверждаю



Согласовано

Директор

М.А.У. Сергеев  
И.В. Голубева

2 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                         |             |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |             |                         |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,60             | 0,10    | 1,75        | 13,20                   | 70,71,80    |
| Суп из овощей на м/к бульоне №99                                                                    | 200          | 1,50             | 3,00    | 8,80        | 71,70                   | 99          |
| Плов из птицы №492                                                                                  | 200          | 20,30            | 24,00   | 32,40       | 345,80                  | 492         |
| Чай с сахаром №685                                                                                  | 200          | 0,00             | 0,00    | 15,00       | 58,00                   | 685         |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,90             | 0,50    | 24,10       | 116,80                  | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 690          | 26,30            | 27,60   | 82,05       | 605,50                  |             |



Утверждаю



3 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |               | и-<br>ческая<br>ценност | № рецеп-<br>туры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------------|-------------------------|------------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углед<br>ы, г |                         |                  |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |               |                         |                  |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,60             | 0,10    | 1,75          | 13,20                   | 70,71,80         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне № 103                                       | 200          | 2,15             | 2,27    | 13,96         | 94,60                   | 103              |
| Гуляш из птицы №311 К                                                                               | 100          | 9,60             | 10,70   | 3,00          | 168,10                  | 311К             |
| Каша гречневая №303                                                                                 | 150          | 4,90             | 5,34    | 21,80         | 155,00                  | 303              |
| Чай с лимоном №686                                                                                  | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20         | 60,00                   | 686              |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,90             | 0,50    | 24,10         | 116,80                  | ТТК №6           |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 740          | 21,45            | 18,91   | 79,81         | 607,70                  |                  |



Согласовано

Директор

И.В. Голубева

Утверждаю

4 день

4 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                |             |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |             |                |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,60             | 0,10    | 1,75        | 13,20          | 70,71,80    |
| Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне№ 82                                                     | 200          | 1,44             | 15,74   | 8,75        | 83,00          | 82          |
| Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К                                                         | 90/30        | 11,3             | 11,3    | 14,1        | 205,6          | 307/363     |
| Рис отварной №304                                                                                   | 150          | 3,80             | 5,40    | 38,90       | 219,30         | 304         |
| Чай с сахаром №685                                                                                  | 200          | 0,00             | 0,00    | 15,00       | 58,00          | 685         |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,90             | 0,50    | 24,10       | 116,80         | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 640          | 21,04            | 33,04   | 102,60      | 695,90         |             |



Утверждаю

5 день



Согласовано

Директор

В.В. Новикова

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |       | Жиры, г | Углевод ы, г | Энергет и- ческая | № рецеп- туры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------------|-------------------|---------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         |       |         |              |                   |               |
| Ланч                                                                                                |              |                  |       |         |              |                   |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,60             | 0,10  | 1,75    | 13,20        | 70,71,80          |               |
| Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне №102                                                     | 200          | 4,40             | 4,21  | 13,22   | 118,60       | 102               |               |
| Котлета рубленая с белокочанной капустой №455                                                       | 90           | 11,70            | 13,70 | 12,00   | 216,90       | 455               |               |
| Макаронные изделия отварные с маслом №203                                                           | 150          | 5,10             | 9,15  | 34,20   | 244,50       | 203               |               |
| Чай с сахаром Каркаде №685                                                                          | 200          | 0,00             | 0,00  | 9,20    | 42,00        | 685               |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,90             | 0,50  | 24,10   | 116,80       | ТТК №6            |               |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 760          | 29,00            | 28,26 | 111,57  | 842,50       |                   |               |



Утверждаю



Согласовано

Директор МРБУ «СРП №4»  
И.В. Гаврилова

6 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,6              | 0,1     | 1,8         | 13,2                          | 70,71,80    |
| Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне №88                                                | 200          | 1,4              | 4,0     | 6,3         | 71,8                          | 88          |
| Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К                                                         | 90/30        | 11,3             | 11,3    | 14,1        | 205,6                         | 307/363     |
| Каша вязкая гречневая №303                                                                          | 150          | 4,9              | 5,3     | 21,8        | 155,0                         | 303         |
| Компот из смеси сухофруктов №348                                                                    | 200          | 0,5              | 0,1     | 27,4        | 112,6                         | 348         |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,9              | 0,5     | 24,1        | 116,8                         | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 790          | 22,6             | 21,3    | 95,5        | 675,0                         |             |



Утверждаю

7 день



Согласовано

Директор И.В. Яковлева  
«СШ № 4»

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                         |             |
|                                                                                                     |              |                  |         |             |                         |             |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |             |                         |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,6              | 0,1     | 1,8         | 13,2                    | 70,71,80    |
| Суп из овощей на м/к бульоне №99                                                                    | 200          | 1,5              | 3,0     | 8,8         | 71,7                    | 99          |
| Рагу из птицы №289                                                                                  | 200          | 12,8             | 12,7    | 15,2        | 208,0                   | 289         |
| Чай с сахаром №685                                                                                  | 200          | 0,00             | 0,00    | 15,00       | 58,00                   | 685         |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,9              | 0,5     | 24,1        | 116,8                   | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 690          | 18,8             | 16,3    | 64,9        | 467,7                   |             |



Утверждаю

8 день



Согласовано

Директор МАНУ, МШ № 4  
А.В. Новикова

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         | Энергетическая ценность | № рецептур |             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------------------|------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г |                         |            | Углеводы, г |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |                         |            |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,6              | 0,1     | 1,8                     | 13,2       | 70,71,80    |
| Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне №82                                                     | 200          | 1,4              | 15,7    | 8,8                     | 83,0       | 82          |
| Котлета рубленая из птицы №294                                                                      | 90           | 14,6             | 15,6    | 13,4                    | 252,6      | 294         |
| Рис отварной №304                                                                                   | 150          | 3,8              | 5,4     | 38,9                    | 219,3      | 304         |
| Соус томатный №363                                                                                  | 30           | 0,4              | 1,4     | 2,0                     | 24,5       | 363         |
| Чай с лимоном №686                                                                                  | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20                   | 60,00      | 686         |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,9              | 0,5     | 24,1                    | 116,8      | ТТК№6       |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 760          | 25,0             | 38,7    | 104,1                   | 769,4      |             |



Утверждаю

9 день



Согласовано

Директор МАОУ "СШ №7" г. Волгоград

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                         |             |
|                                                                                                     |              |                  |         |             |                         |             |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |             |                         |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,6              | 0,1     | 1,8         | 13,2                    | 70,71,80    |
| Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне №103                                        | 200          | 2,2              | 2,3     | 14,0        | 94,6                    | 103         |
| Гуляш из птицы №311 К                                                                               | 100          | 9,6              | 10,7    | 3,0         | 168,1                   | 311К        |
| Каша вязкая гречневая №303                                                                          | 150          | 4,9              | 5,3     | 21,8        | 155,0                   | 303         |
| Компот из смеси сухофруктов №348                                                                    | 200          | 0,5              | 0,1     | 27,4        | 112,6                   | 348         |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,9              | 0,5     | 24,1        | 116,8                   | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 740          | 21,7             | 19,0    | 92,0        | 660,3                   |             |



Утверждаю



Согласовано

Директор МКУ «СШ №7»  
И.В. Новикова

10 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                         |             |
| Ланч                                                                                                |              |                  |         |             |                         |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60           | 0,6              | 0,1     | 1,8         | 13,2                    | 70,71,80    |
| Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне №102                                                     | 200          | 4,4              | 4,2     | 13,2        | 118,6                   | 102         |
| Плов из птицы №492                                                                                  | 200          | 20,3             | 24,0    | 32,4        | 345,8                   | 492         |
| Чай с сахаром Каркаде №685                                                                          | 200          | 0,00             | 0,00    | 9,20        | 42,00                   | 685         |
| Хлеб пшеничный                                                                                      | 30           | 3,9              | 0,5     | 24,1        | 116,8                   | ТТК№6       |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 690          | 29,2             | 28,8    | 80,7        | 636,4                   |             |