



«Согласовано»
Директор

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал»

МЕНЮ

День 1 (понедельник)

Цивилева Н.В.

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Макароны с сыром	200	15,09	13,64	48,96	378,98
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Фрукты свежие по сезонности	120	0,96	0,24	9,00	42,00
Хлеб из муки пшеничной	30	2,25	0,87	15,42	78,51
ИТОГО	550	22,69	18,79	89,80	619,09

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	100	1,20	4,70	7,70	77,90
Суп вермишелевый на курб	250	2,51	4,42	15,65	112,38
Рагу из мяса птицы (курица)	280	31,17	28,73	35,06	523,67
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	39,26	38,93	117,55	977,64

Зав. производством _____
Ответственный по питанию _____
Бухгалтер-калькулятор _____

«Согласовано»
Директор _____

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал» _____

МЕНЮ

Цивилёва Н.В.

День 2 (вторник)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша пшенная	230	6,61	5,83	31,66	205,58
Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	71,66
Чай с молоком	200	2,40	2,56	9,75	71,66
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	560	21,23	28,20	102,10	747,61

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы с маслом раст	100	0,52	3,63	3,03	46,87
Щи из свежей капусты со сметаной и курами	250	3,90	5,41	8,42	97,92
Тефтели мясные	100	15,22	18,51	14,61	285,90
Рис с овощами	180	4,06	5,01	42,74	232,30
Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	27,55	33,70	121,76	900,53

Зав. производством _____
Ответственный по питанию _____
Бухгалтер-калькулятор _____

«Согласовано»
Директор _____

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал» _____

МЕНЮ

День 3 (среда)

Цивилёва Н.В.

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Пудинг из творога запеченный	200	33,64	20,57	31,55	445,87
Соус вишневый	50	0,20	0,05	17,69	72,03
Чай	200	0,0	0,0	5,99	23,98
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Фрукты свежие по сезону	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ИТОГО	580	35,82	29,85	75,39	713,50

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Огурцы консервированные	100	0,80	0,10	1,70	10,90
Суп картофельный с бобовыми(горохом) на курб	250	5,37	5,63	19,56	150,35
Голубцы с соусом	280	21,47	42,78	30,40	592,55
Компот из зам. ягод	200	0,10	0,04	20,72	83,64
Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	31,48	49,57	102,42	981,74

Зав. производством _____
Ответственный по питанию _____
Бухгалтер-калькулятор _____

«Согласовано»
 Директор _____

«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал» _____

МЕНЮ

Цивилёва Н.В.

День 4 (четверг)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша рисовая	230	7,06	7,99	49,86	299,57
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Булочка с изюмом или выечка п/п	50	4,43	3,77	26,53	157,74
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,0	35,83
ИТОГО	550	22,70	20,48	123,66	769,76

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из квашеной капусты	100	0,00	3,33	1,67	36,63
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,08	2,55	15,90	94,82
Фрикадельки мясные	45	9,58	7,92	4,79	128,73
Биточки рыбные	100	20,65	4,22	16,56	186,85
Пюре картофельное	180	3,93	5,93	26,39	174,68
Компот из подов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	935	40,62	25,01	124,45	885,41

Зав. производством _____
 Ответственный по питанию _____
 Бухгалтер-калькулятор _____

«Согласовано»
 Директор _____

«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал» _____
 Цивилёва Н.В.

МЕНЮ

День 5 (пятница)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Омлет с сыром запеченный	200	23,64	30,23	3,32	379,93
Зеленый горошек	50	1,55	0,10	3,25	20,10
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Чай	200	0,00	0,00	5,99	23,98
Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80
ИТОГО	550	32,69	35,99	73,17	747,83

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат Мозайка	100	2,88	7,38	10,18	118,60
Борщ с капустой и картофелем, курами и сметаной	250	3,94	10,40	17,64	179,89
Бефстроганов из сердца гов. отварного	100	17,35	6,60	5,85	152,19
Каша гречневая	180	7,59	6,43	34,23	225,17
Компот из плодов свежих(яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	35,61	31,94	120,86	913,40

Зав. производством _____
 Ответственный по питанию _____
 Бухгалтер-калькулятор _____

«Согласовано»
Директор _____


«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал» _____


М Е Н Ю

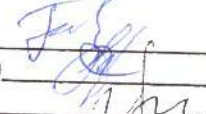
День 6 (понедельник)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша овсяная	230	4,80	11,08	23,91	214,52
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,39	4,04	16,42	119,60
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Творог для детского питания	50	9,00	4,50	1,50	84,50
Печенье	20	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	560	24,19	23,32	87,54	659,04

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Огурцы консервированные	100	0,80	0,10	1,70	10,90
Щи из свежей капусты со сметаной и курами	230	3,90	5,41	8,42	97,92
Печень по-строгановски	100	14,92	10,27	4,22	169,01
Пюре картофельное	180	3,93	5,93	26,39	174,68
Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	90,22
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	27,41	22,75	93,17	687,03

Зав. производством _____
Ответственный по питанию _____
Бухгалтер-калькулятор _____


«Согласовано»
Директор _____

«Утверждаю»
Директор ООО «Транзтерминал» _____

М Е Н Ю

День 7 (вторник)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша пшенная	230	6,61	5,83	31,66	205,58
Ватрушка с творогом или выпечка п/п	50	6,20	3,71	21,50	144,15
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,9	3,84	13,67	104,86
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	35,83
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	550	23,53	18,07	97,67	647,44

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	100	1,20	4,70	7,70	77,90
Суп картофельный с консервами рыбными	250	10,22	5,15	14,19	144,01
Тефтели мясные	100	15,22	18,51	14,61	285,90
Изделия макаронные отварные	180	6,97	5,27	44,46	253,19
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	37,98	34,71	140,10	1024,69

Зав. производством _____
Ответственный по питанию _____
Бухгалтер-калькулятор _____

«Согласовано»
 Директор _____

«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал»

 Цивилёва Н.В.

МЕНЮ

День 8 (среда)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша рисовая	230	7,06	7,99	49,86	299,86
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	13,67	104,86
Сыр (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	107,49
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Масло сливочное	10	0,08	8,25	0,08	74,89
Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40
ИТОГО	550	24,00	32,63	109,33	827,23

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы с маслом раст	100	0,52	3,63	3,03	46,87
Рассольник ленинградский со сметаной на кур\б	250	2,42	3,45	17,10	109,14
Пельмени с маслом сливочным	280	26,70	42,69	57,01	719,01
Компот из зам. ягод	200	0,1	0,04	20,72	83,64
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	33,48	50,83	127,90	1102,95

Зав. производством _____
 Ответственный по питанию _____
 Бухгалтер-калькулятор _____



МЕНЮ

День 9 (четверг)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Омлет	200	20,88	22,47	3,90	301,37
Зеленый горошек	50	1,55	0,10	3,25	20,10
Чай	200	0,00	0,00	5,99	23,98
Булочка с изюмом или выечка пп	50	4,43	3,77	26,53	157,74
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
ИТОГО	560	31,36	28,08	70,52	660,20

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Икра из кабачков	100	1,20	4,70	7,70	77,90
Суп вермишелевый на курб	250	2,51	4,42	15,65	112,38
Плов куриный	280	22,50	28,11	54,74	561,97
Компот из плодов свежих(яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	30,07	38,37	131,05	989,78

Зав. производством _____
Ответственный по питанию _____
Бухгалтер-калькулятор _____

«Согласовано»
 Директор _____

«Утверждаю»
 Директор ООО «Транзтерминал» _____
 Цивилёва Н.В.

МЕНЮ

День 10 (пятница)

ЗАВТРАК 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Каша гречневая молочная	230	8,20	10,88	29,17	247,38
Какао-напиток на молоке	200	3,97	3,80	9,10	86,50
Хлеб из муки пшеничной	60	4,50	1,74	30,84	157,02
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,0	35,83
Фрукты свежие по сезонности	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ИТОГО	600	19,39	19,77	78,91	571,14

ОБЕД 5 – 11 классы

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ, ккал
		Б	Ж	У	
Салат из квашеной капусты	100	0,00	3,33	1,67	36,63
Суп картофельный с бобовыми(горохом) на кур'б	250	5,37	5,63	19,56	150,35
Котлета рыбная	100	20,65	4,22	16,56	186,85
Картофель отварной, резаный	180	3,68	5,68	29,68	184,56
Компот из плодов сухих	200	0,64	0,05	29,10	119,39
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
ИТОГО	890	34,09	19,92	126,61	822,08

Зав. производством _____
 Ответственный по питанию _____
 Бухгалтер-калькулятор _____