

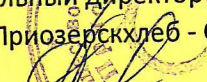
"Утверждаю"  
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерскхлеб - Сервис"  
 Зернова О.М.

"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
 Кондакова И.П.

КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПОНЕДЕЛЬНИК № -01							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	100/30	18,6	20,3	33,9	266,5	346,3	28
Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	14,7	59,1	431	7
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>425</b>	<b>8,6</b>	<b>9,4</b>	<b>64,4</b>	<b>377,4</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	6,2	7,5	20,6	178,8	100	27
Пече. ь тушенная	100	8,3	10,6	7,4	159	93	57
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	31,9	210,9	331	7
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	430	3
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>675</b>	<b>19,1</b>	<b>35,5</b>	<b>61,6</b>	<b>646,8</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1100</b>	<b>27,7</b>	<b>44,9</b>	<b>126</b>	<b>1024,2</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"   
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерскхлеб - Сервис"  
 Зернова О.М.

"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
  
 Кондакова И.П.

КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		ВТОРНИК			№ -02		
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша пшеничная молочная	200	7,1	7,4	34,8	234,9	189	32
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430	3
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>320</b>	<b>20,9</b>	<b>13,4</b>	<b>43,5</b>	<b>378,9</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Щи из свежей капусты и картофелем на курином бульоне со сметаной	250	5,3	9,8	9,5	150,4	88	27
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	31,9	210,9	331	7
Гуляш мясной	45/45	5,4	12,9	1,6	143,8	246	45
Компот из сухофруктов	200	0	0	14,6	58,1	402	15
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>695</b>	<b>21,7</b>	<b>35,5</b>	<b>76,8</b>	<b>715,5</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1015</b>	<b>42,6</b>	<b>48,9</b>	<b>120,3</b>	<b>1094,4</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"

Генеральный директор  
ООО "Приозерскхлеб - Сервис"  
Зернова О.М.



"Согласовано"

Директор МОУ "СОШ № 4"  
Кондакова И.П.



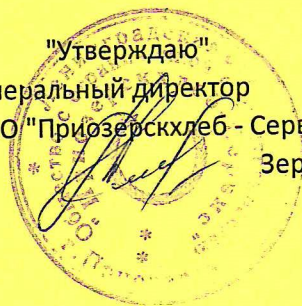
КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		СРЕДА			№ -03		
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша гречневая молочная	200	6,3	7,3	26,3	196,4	182	23
Какао с молоком	200	0	0	14,7	59,1	431	12
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>425</b>	<b>7,8</b>	<b>7,9</b>	<b>51,3</b>	<b>307,9</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Суп картофельный с бобовыми	250	5,4	9,7	12,9	164	82	27
Жаркое по-домашнему	150	16,9	16,1	13,4	266	258	64
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430	3
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>695</b>	<b>24</b>	<b>18,4</b>	<b>76,7</b>	<b>569,6</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1120</b>	<b>31,8</b>	<b>26,3</b>	<b>128</b>	<b>877,5</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"

Генеральный директор  
ООО "Приозерскхлеб - Сервис"  
Зернова О.М.



"Согласовано"

Директор МОУ "СОШ № 4"  
Кондакова И.П.



КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ЧЕТВЕРГ №-04							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Макароны отварные с сыром	150	7,9	7,8	28,7	218,2	204	30
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430	5
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>370</b>	<b>9,6</b>	<b>8,5</b>	<b>54</b>	<b>330,6</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250	5,4	9,7	12,9	164	82	27
Гуляш мясной	45/45	5,4	12,9	1,6	143,8	246	42
Греча отварная	150	5,4	5,6	34,9	210,9	331	15
Лимонный напиток	200	0,2	0,1	15	60	430	10
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>705</b>	<b>21,8</b>	<b>41,6</b>	<b>60,7</b>	<b>708,4</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1075</b>	<b>31,4</b>	<b>50,1</b>	<b>114,7</b>	<b>1039</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"  
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерский хлеб - Сервис"  
 Зернова О.М.

"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
 Кондакова И.П.

КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПЯТНИЦА № -05							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша рисовая молочная	200	5	8,1	27,9	205,1	189	30
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430	5
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>6,7</b>	<b>8,8</b>	<b>53,2</b>	<b>317,5</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной	250	5,2	9,8	10,7	155,6	98	29
Тефтели мясные	80	11	27,7	15,4	357	306	48
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	31,9	210,9	331	7
Кисель плодово-ягодный	200	0	0	14,6	58,1	402	10
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>665</b>	<b>23,2</b>	<b>30,8</b>	<b>53,5</b>	<b>587,7</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1085</b>	<b>29,9</b>	<b>39,6</b>	<b>106,7</b>	<b>905,2</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"  
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерскхлеб-Сервис"  
 Зернова О.М.

"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
 Кондакова И.П.

КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПОНЕДЕЛЬНИК № -06							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша кукурузная молочная	200	6,4	7,6	27,8	205,6	413	28
Чай с сахаром и лимоном	185/15/5	0	0	14,7	59,1	431	7
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>425</b>	<b>7</b>	<b>8,3</b>	<b>58</b>	<b>335,5</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	5,7	9	15,8	170,9	105	28
Греча по-купечески	200	10,84	19,1	25,01	315,45	323	61
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430	5
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>675</b>	<b>18,6</b>	<b>37</b>	<b>56,8</b>	<b>638,9</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1100</b>	<b>25,6</b>	<b>45,3</b>	<b>114,8</b>	<b>974,4</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"  
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерскхлеб-Сервис"  
 Зернова О.М.



"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
 Кондакова И.П.



КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ВТОРНИК № -07							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Макароны отварные с сыром	150	7,9	7,8	28,7	218,2	204	32
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430	3
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>370</b>	<b>7,9</b>	<b>8,3</b>	<b>43,2</b>	<b>279,1</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Суп овощной на курином бульоне со сметаной	250	8,9	8,6	19	188,1	102	23
Плов из птицы	210	40,6	44,2	35,5	701,7	291	56
Компот из сухофруктов	200	0	0	14,6	58,1	402	15
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>21,5</b>	<b>30,3</b>	<b>83,9</b>	<b>691</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1040</b>	<b>29,4</b>	<b>38,6</b>	<b>127,1</b>	<b>970,1</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"  
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерский хлеб - Сервис"  
 Зернова О.М.



"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
 Кондакова И.П.

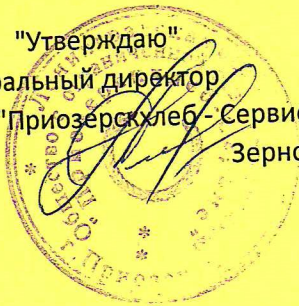
КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ СРЕДА № -08							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша геркулесовая молочная	200	5	8,1	27,9	205,1	189	23
Кофейный напиток	200	0,2	0,1	15	60	430	12
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>6,7</b>	<b>8,8</b>	<b>53,2</b>	<b>317,5</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне со сметаной	250	5,3	9,1	16,8	175,8	91	27
Гуляш мясной	45/45	5,4	12,9	1,6	143,8	246	39
Пюре картофельное	150	3,2	5,3	21,4	145,7	128	18
Лимонный напиток	200	0	0	14,6	58,1	402	10
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>705</b>	<b>20,5</b>	<b>22,2</b>	<b>68,1</b>	<b>556,1</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1125</b>	<b>27,2</b>	<b>31</b>	<b>121,3</b>	<b>873,6</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20



"Утверждаю"  
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерский хлеб - Сервис"  
 Зернова О.М.



"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
 Кондакова И.П.

КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ЧЕТВЕРГ № -09							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Омлет натуральный	105	10,1	16,6	1,9	197,6	214	30
Чай с сахаром	185/15	0	0	14,7	59,1	431	5
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>330</b>	<b>11,6</b>	<b>17,2</b>	<b>26,9</b>	<b>309,1</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Щи из свежей капусты и картофелем на курином бульоне со сметаной	250	5,3	9,8	9,5	150,4	88	27
Печень тушеная	100	8,3	10,6	7,4	159	93	50
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	31,9	210,9	331	7
Компот из св яблок	200	0,2	0,1	15	60	430	10
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>685</b>	<b>48,2</b>	<b>53,6</b>	<b>77,9</b>	<b>988,5</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1015</b>	<b>59,8</b>	<b>70,8</b>	<b>104,8</b>	<b>1297,6</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

"Утверждаю"  
 Генеральный директор  
 ООО "Приозерскхлеб - Сервис"  
 Зернова О.М.



"Согласовано"  
 Директор МОУ "СОШ № 4"  
 Кондакова И.П.



КАТЕГОРИЯ - БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ПЯТНИЦА № -10							
<b>ЗАВТРАК</b>							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша "Дружба" молочная	200	6,2	8,1	25,9	200,7	190	30
Чай с сахаром	185/15	0,2	0,1	15	60	430	5
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	к/к	5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>	<b>7,9</b>	<b>8,8</b>	<b>51,2</b>	<b>313,1</b>		<b>40</b>
<b>обед</b>							
Суп рыбный со сметаной	250	4,7	5	16,9	134,9	87	28
Котлеты натуральные из филе птицы	75	14,4	3,2	10,1	126,4	289	49
Макаронные изделия отварные	155	5,6	4,8	31,9	210,9	331	7
Кисель плодово-ягодный	200	0	0	14,6	58,1	402	10
Хлеб ржаной	25	1,7	0,2	10,6	51	к/к	3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>695</b>	<b>25,8</b>	<b>29,9</b>	<b>83,6</b>	<b>709,2</b>		<b>97</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1115</b>	<b>33,7</b>	<b>38,7</b>	<b>134,8</b>	<b>1022,3</b>		<b>137</b>

\* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

\*\* ПРИЛЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20