

День недели	№	Наименование блюда	С 7 лет до 11 лет					С 11 лет до 17 лет				
			выход	белки	жиры	углеводы	ккал	выход	белки	жиры	углеводы	ккал
Понедельник	1	Щи из свежей капусты с курой	150	0,12	0,20	15,30	74	200	0,18	0,24	18,50	78
	2	Рожки отварные с маслом, сыр	100/15	2,06	3,50	15,61	90,71	150/20	3,08	5,24	23,41	136,06
	3	Компот из киви	200	-	-	15,29	62,40	200	-	-	15,29	62,40
	4	Хлеб пшеничный	20	0,94	0,15	7,84	37,17	30	1,41	0,22	11,76	55,78
		Итого		17,37	16,7	70	490		17,37	16,7	69,66	489,24
Вторник	1	Суп картофельный с курой	150	9,3	8,78	82,18	174,66	200	11,16	8,78	21,50	209,6
	2	Греча отварная с маслом сливочным	100	12	2,0	67	334	150	7,41	10,29	44,49	267,3
			50	18,2	18,4	0,7	241	50	18,2	18,4	0,7	241
	3	Компот из сухофруктов	200	0,12	-	27,52	112,8	200	0,12	-	27,52	112,8
	4	Хлеб пшеничный	20	0,94	0,15	7,84	37,17	30	1,41	0,22	11,76	55,78
		Итого		52,56	29,33	185,18	899,63		38,30	37,69	105,97	886,48
Среда	1	Суп вермишелевый рыбный	150	3,7	5,14	13,91	116,88	200	4,44	6,17	16,99	140,26
	2	Блинчики абрикосовое повидло	100/5	6,23	5,75	54,25	293,751	150/10	9,34	8,62	81,38	440,62
	3	Чай с сахаром	200	-	-	15,29	62,40	200	-	-	15,29	62,40
	4	Хлеб пшеничный	20	0,94	0,15	7,84	37,17	30	1,41	0,22	11,76	55,78
		Итого		17,82	33,36	52,7	537,93		20,11	36,49	66,72	627,65
Четверг	1	Суп молочный овощной	150	3,86	6,87	24,58	170,05	200	4,63	8,24	29,5	204,06
	2	Творожная запеканка со	100/15	19,03	13,95	32,62	332	150/15	8,40	10,80	0,78	135,60

		сгущенным молоком										
	3	Чай с сахаром	200	-	-	15,29	62,40	200	-	-	15,29	62,40
	4	Хлеб пшеничный	20	0,94	0,15	7,84	37,17	30	1,41	0,22	11,76	55,78
		Итого		12,92	8,02	137,24	815		27,5	9,96	184,73	867,64
<i>Пятница</i>	1	Суп гороховый с куррой	150	2,3	3,89	13,59	98,79	200	2,76	4,67	16,31	118,54
	2	Макаронник со сливочным маслом	150	3.08 (яйцо)12,7	5.24 11,0	23.41 0,7	136 157	150 1шт	3,08 12,7	5,24 11,0	23,41 0,7	136,06 157
	3	Какао на молоке	200	4.9	5.6	19,6	143	200	4.9	5.6	19.6	143
	4	Хлеб пшеничный	20	0,94	0,15	7,84	37,17	30	1,47	0,22	11,76	55,78
		Итого		9,47	9,79	90,97	492,11		13,57	13,51	124,74	677,34
	1	Суп картофельный с куррой	150	9,3	8,78	82,18	174,66	200	11,16	8,78	21,50	209,6
	2	Рис отварной с маслом сливочным, Рыба минтай припущенная с овощами Салат из свеклы с растительным маслом	100 60	8 19,5	1 1	77,3 -	334 126,3	150 80	12 21,2	1,5 1,2	115,95 -	495 138,7
	3	Компот из свежих апельсинов	200	-	-	15,29	62,40	200	-	-	15,29	62,40
	4	Хлеб пшеничный	20	0,94	0,15	7,84	37,17	30	1,47	0,22	11,76	55,78
	Итого		31,74	27,3	68,88	710,57		29,49	33,02	50,13	718,78	
<i>Вторник</i>	1	Борщ свекольный с куррой	150	7,55	4,99	17,94	149,52	200	,12,54	8,31	29,91	249,2
	2	Рисовая запеканка с маслом	100/15	2,06	3,50	15,61	90,71	150/20	3,08	5,24	23,41	136,06
	3	Какао на молоке	200	4.9	5.6	19,6	143	200	4.9	5.6	19.6	143
	4	Хлеб пшеничный	20	0,94	0,15	7,84	37,17	30	1,47	0,22	11,76	55,78
		Итого		10,55	8,64	56,68	339,8		17,09	13,77	80,37	503,44
<i>Среда</i>	1	Суп вермишелевый с куррой	150	11,77	13,2	13,13	279	200	19,62	22	22,3	465
	2	Овощи тушеные с	150	3.75	5.09	14.45	126.32	150	3.75	5.09	14.45	126.32

«Согласовано»

Начальник территориального отдела

Федеральной службы по надзору в
сфере защиты прав потребителей и
благополучию человека по Костромской области
в Островском районе

«Утверждаю»

Директор МКОУ Столпинской ООШ
Е.В. Гурылева

**Двухнедельное меню
столовой муниципального казённого общеобразовательного учреждения
Столпинской основной общеобразовательной школы
Кадейского муниципального района Костромской области
(2016-2017 учебный год).**