



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерксен

1 день, 1 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4	Каша гречневая с маслом	150	3,23	5,22	34,74	223,2
192	Курица отварная	60	19,3	1,4	0,7	92,9
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
	Итого за завтрак	450	33,83	10,48	78,14	459,8



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерксен

2 день, 1 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4	Каша рисовая молочная	200	7,70	10	68,9	308,6
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7
	Итого за завтрак	440	19	13,86	111,6	452,3

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерksen



3 день, 1 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
492	Плов с мясом птицы	200	17,8	18,48	33,46	380
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7
	Итого за завтрак	440	29,1	22,34	76,16	523,7

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерксен



4 день, 1 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
332	Макароны отварные с маслом	150	7,36	7,06	47,1	281,46
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	177,56
	Сыр	10	2,32	2,95	0	38
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
	Итого за завтрак	440	20,98	13,87	89,8	555,02



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерксен

5 день, 1 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
216	Пюре из гороха с маслом	205	23,06	5,12	50,84	328,18
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7
192	Курица отварная	60	19,3	1,4	0,7	92,9
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
	Итого за завтрак	505	53,66	10,38	94,24	564,78


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы
 И.К.Дерксен

1 день, 2 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
332	Макароны отварные с маслом	150	7,36	7,06	47,1	281,46
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	84,7
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
	Сыр	10	2,32	2,95	0	38
	Итого за завтрак	400	20,98	13,87	89,8	462,16



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерксен

2 день, 2 неделя

5-11 классы

День/№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4	Каша молочная пшеничная	200	5,63	8,8	53,6	235,71
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	84,7
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
	Итого за завтрак	440	16,93	12,66	96,3	378,41


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы
И.К.Дерксен

3 день, 2 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
39	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	177,56
	Итого за завтрак	490	14,13	6,72	64,46	359,65


УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерксен

4 день, 2 неделя

5-11 классы

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
34	Рассольник Ленинградский	250	5,03	11,3	32,8	149,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7
192	Курица отварная	60	19,3	1,4	0,7	92,9
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
	Итого за завтрак	550	35,63	16,56	76,2	386,2



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.К.Дерксен

5 день, 2 неделя

5-11 классы

День № р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4	Каша молочная манная	200	2,65	1,87	20,5	267,85
685	Чай с сахаром	200	8,9	3,06	26	58
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,8	16,7	85,7
	Итого за завтрак	440	13,95	5,73	63,2	411,55