СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

_____ Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Четверг Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Солянка	250 гр	5.30	5.06	2.39	77.30	8.4	9.2	58.3	1.2		0.1	0.04		0.1
Азу из говядины	100 гр	8.7	9.5	2.3	128.4	17.0	22.0	86.0	1.2		0.3	0.07	3.8	0.09
Гуляш из говядины	100 гр	13.9	10.8	3.8	165.8	18.0	18.0	172.0	2.3	0.001		0.06		0.012
Куриная котлета	100 гр	11,00	8.6	2.7	132.8	168.48	59.45	225.3	1.061			0.083		0.291
Рис отварной	100 гр	3,00	28,00	28	126,00	10.0	18.0	51.0	0.4		1.0	0.02		0.01
Макароны	100 гр	8.77	9.35	57.93	133,00	1.55	13.7		1.55	13.7		1.55	0.16	
Гречневая крупа	100 гр	3.6	0.9	17.6	88,00	17.0	221.0	11.0	2.5			0.2		0.3
Салат с огурцами, помидорами, болгарским перцем	100 гр	1.7	4.7	8.5	83.9	45.6	22.8	44.3	1.0			0.05		0.06
ПОЛДНИК														
Пирожок с капустой	100 гр	7.4	14.15	20.96	275,00	52.26	13.55	119.0	1.181		6.242	0.734	0.13	0.819
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14.57	7.78	9.9	0.273		0.204	0.008		0.011
Итого		63.65	105.68	159.18	1347.5									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

Е.А. Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Суббота Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Куриное бедро	100 гр	22,00	10,00	0,00	186,00	7,00	18,00		0,70	23,00	0,20	0,10		0,10
Макароны	200 гр	8,77	9,35	21,80	152,00	1,55	13,70		1,55	0,16	5,31	0,03		
Рагу говяжье	100 гр	6,70	4,80	8,60	102,30	12,00	8,00	42,00	2,48		0,27	0,07	0,70	0,53
Печень говяжья	100 гр	14,70	4,90	7,10	131,60	6,00	21,00	497,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Пюре картофельное	200 гр	1,80	0,40	14,60	68,90	38,90	17,00	59,80	0,60		1,50	0,08	8,80	0,08
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,10
Салат из свежих огурцов,помидоров,болгарского перца	100 гр	9,40	3,60	3,40	84,50	53,20	20,00	73,20	1,10		0,80	0,08	13,20	0,10
ПОЛДНИК														
Плюшка московская	100 гр	11,20	10,80	30,10	258,60	34,60	121,70	54,70	1,20		3,40	0,01	6,50	1,20
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,57	7,78	9,90	0,27		0,20	0,08		0,01
Итого		78,87	44,87	133,20	1185,90									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День Суббота Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Куриное бедро	100 гр	22,00	10,00	0,00	186,00	7,00	18,00		0,70	23,00	0,20	0,10		0,10
Макароны	200 гр	8,77	9,35	21,80	152,00	1,55	13,70		1,55	0,16	5,31	0,03		
Рагу говяжье	100 гр	6,70	4,80	8,60	102,30	12,00	8,00	42,00	2,48		0,27	0,07	0,70	0,53
Печень говяжья	100 гр	14,70	4,90	7,10	131,60	6,00	21,00	497,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Пюре картофельное	200 гр	1,80	0,40	14,60	68,90	38,90	17,00	59,80	0,60		1,50	0,08	8,80	0,08
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,10
Салат из свежих огурцов,помидоров,болгарского перца	100 гр	9,40	3,60	3,40	84,50	53,20	20,00	73,20	1,10		0,80	0,08	13,20	0,10
ПОЛДНИК														
Плюшка московская	100 гр	11,20	10,80	30,10	258,60	34,60	121,70	54,70	1,20		3,40	0,01	6,50	1,20
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,57	7,78	9,90	0,27		0,20	0,08		0,01
Итого		78,87	44,87	133,20	1185,90									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

_____ Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Четверг Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Солянка	250 гр	5.30	5.06	2.39	77.30	8.4	9.2	58.3	1.2		0.1	0.04		0.1
Азу из говядины	100 гр	8.7	9.5	2.3	128.4	17.0	22.0	86.0	1.2		0.3	0.07	3.8	0.09
Гуляш из говядины	100 гр	13.9	10.8	3.8	165.8	18.0	18.0	172.0	2.3	0.001		0.06		0.012
Куриная котлета	100 гр	11,00	8.6	2.7	132.8	168.48	59.45	225.3	1.061			0.083		0.291
Рис отварной	100 гр	3,00	28,00	28	126,00	10.0	18.0	51.0	0.4		1.0	0.02		0.01
Макароны	100 гр	8.77	9.35	57.93	133,00	1.55	13.7		1.55	13.7		1.55	0.16	
Гречневая крупа	100 гр	3.6	0.9	17.6	88,00	17.0	221.0	11.0	2.5			0.2		0.3
Салат с огурцами, помидорами, болгарским перцем	100 гр	1.7	4.7	8.5	83.9	45.6	22.8	44.3	1.0			0.05		0.06
ПОЛДНИК														
Пирожок с капустой	100 гр	7.4	14.15	20.96	275,00	52.26	13.55	119.0	1.181		6.242	0.734	0.13	0.819
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14.57	7.78	9.9	0.273		0.204	0.008		0.011
Итого		63.65	105.68	159.18	1347.5									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности
_____ Б.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День Суббота **Неделя**: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Куриное бедро	100 гр	22,00	10,00	0,00	186,00	7,00	18,00		0,70	23,00	0,20	0,10		0,10
Макароны	200 гр	8,77	9,35	21,80	152,00	1,55	13,70		1,55	0,16	5,31	0,03		
Рагу говяжье	100 гр	6,70	4,80	8,60	102,30	12,00	8,00	42,00	2,48		0,27	0,07	0,70	0,53
Печень говяжья	100 гр	14,70	4,90	7,10	131,60	6,00	21,00	497,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Пюре картофельное	200 гр	1,80	0,40	14,60	68,90	38,90	17,00	59,80	0,60		1,50	0,08	8,80	0,08
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,10
Салат из свежих огурцов,помидоров,болгарского перца	100 гр	9,40	3,60	3,40	84,50	53,20	20,00	73,20	1,10		0,80	0,08	13,20	0,10
ПОЛДНИК														
Плюшка московская	100 гр	11,20	10,80	30,10	258,60	34,60	121,70	54,70	1,20		3,40	0,01	6,50	1,20
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,57	7,78	9,90	0,27		0,20	0,08		0,01
Итого		78,87	44,87	133,20	1185,90									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности
_____ Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.
_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Среда Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Борщ	250 гр	8,12	3,12	21,20	153,51	24,00	10,00	76,00	0,40	0,07	0,30	0,01	4,80	0,02
Гуляш говяжий	100 гр	13,90	10,80	3,80	165,80	18,00	18,00	172,00	2,30	0,00		0,06		0,12
Куриное бедро	100 гр	22,00	10,00	0,00	186,00	6,00	21,00	497,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Голень куриная	100 гр	23,35	10,15	5,40	191,00	11,00	22,00	195,00	1,20	1,2	0,2	0,1		0,2
Куриные крылья	100 гр	23,79	16,87	3,10	254,00	18,00	19,00	147,00	0,8	12,1	0,7	0,1		0,2
Куриная грудка в сл. соусе	100 гр	29,69	27,01	51,10	533,00	15,98	44,70	114,86	1,13		5,34			
Спагети отварные	200 гр	0,70	0,30	4,80	24,60	37,70	35,50	90,00	1,90			0,10	12,60	0,12
Картофельное пюре	200 гр	8,77	9,35	57,93	133,00	1,55	13,70		1,55	13,70		1,55	0,16	
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,09	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат с колбасой,яйцами,зеленым горошком,картофелем и морковью	100 гр	1,50	4,40	4,60	63,80	47,40	19,40	36,80	1,20			0,04	23,10	0,06
ПОЛДНИК														
Пирожок с яблоком	100 гр	10,67	9,39	35,51	261,96	17,94	8,46	34,80	1,30		1,11	0,17	3,88	0,16
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	65,85	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,11
Итого		146,79	101,60	235,04	2168,67									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

_____ Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Среда Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Борщ	250 гр	8,12	3,12	21,20	153,51	24,00	10,00	76,00	0,40	0,07	0,30	0,01	4,80	0,02
Гуляш говяжий	100 гр	13,90	10,80	3,80	165,80	18,00	18,00	172,00	2,30	0,00		0,06		0,12
Куриное бедро	100 гр	22,00	10,00	0,00	186,00	6,00	21,00	497,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Голень куриная	100 гр	23,35	10,15	5,40	191,00	11,00	22,00	195,00	1,20	1,2	0,2	0,1		0,2
Куриные крылья	100 гр	23,79	16,87	3,10	254,00	18,00	19,00	147,00	0,8	12,1	0,7	0,1		0,2
Куриная грудка в сл. соусе	100 гр	29,69	27,01	51,10	533,00	15,98	44,70	114,86	1,13		5,34			
Спагети отварные	200 гр	0,70	0,30	4,80	24,60	37,70	35,50	90,00	1,90			0,10	12,60	0,12
Картофельное пюре	200 гр	8,77	9,35	57,93	133,00	1,55	13,70		1,55	13,70		1,55	0,16	
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,09	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат с колбасой,яйцами,зеленым горошком,картофелем и морковью	100 гр	1,50	4,40	4,60	63,80	47,40	19,40	36,80	1,20			0,04	23,10	0,06
ПОЛДНИК														
Пирожок с яблоком	100 гр	10,67	9,39	35,51	261,96	17,94	8,46	34,80	1,30		1,11	0,17	3,88	0,16
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	65,85	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,11
Итого		146,79	101,60	235,04	2168,67									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

_____ Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Пятница Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Рассольник	250 гр	3,63	4,05	17,78	118,63	15,90	13,50	30,60	0,50		0,50	0,05	6,30	0,03
Куриное бедро	100 гр	22,00	10,00	0,00	186,00	7,00	18,00		0,70	23,00	0,20	0,10		0,10
Картофель по деревен	200 гр	2,30	7,30	11,00	117,10	23,21	25,04	51,70	1,11		4,01	0,10	4,37	0,07
Рагу говяжье	100 гр	6,70	4,80	8,60	102,30	12,00	8,00	42,00	2,48		0,27	0,07	0,70	0,05
Печень говяжья	100 гр	14,70	4,90	7,10	131,60	6,00	21,00	487,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Рис отварной	200 гр	3,00	28,00	28,00	126,00	10,00	18,00	51,00	0,40		1,00	0,02		0,01
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат с курицей,яйцом, лук репчатый, сыр	100 гр	0,80	5,40	4,00	67,50	38,94	16,12	33,20	0,59		2,62	0,28		0,03
ПОЛДНИК														
Расстегай с рыбой	100 гр	11,05	9,35	23,11	217,77	33,13	24,93	87,70	0,83		1,88	0,20	0,72	0,20
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,47	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,01
Итого		68,48	74,82	147,19	1268,90									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Пятница Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Рассольник	250 гр	3,63	4,05	17,78	118,63	15,90	13,50	30,60	0,50		0,50	0,05	6,30	0,03
Куриное бедро	100 гр	22,00	10,00	0,00	186,00	7,00	18,00		0,70	23,00	0,20	0,10		0,10
Картофель по деревен	200 гр	2,30	7,30	11,00	117,10	23,21	25,04	51,70	1,11		4,01	0,10	4,37	0,07
Рагу говяжье	100 гр	6,70	4,80	8,60	102,30	12,00	8,00	42,00	2,48		0,27	0,07	0,70	0,05
Печень говяжья	100 гр	14,70	4,90	7,10	131,60	6,00	21,00	487,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Рис отварной	200 гр	3,00	28,00	28,00	126,00	10,00	18,00	51,00	0,40		1,00	0,02		0,01
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат с курицей.яйцом, лук репчатый, сыр	100 гр	0,80	5,40	4,00	67,50	38,94	16,12	33,20	0,59		2,62	0,28		0,03
ПОЛДНИК														
Расстегай с рыбой	100 гр	11,05	9,35	23,11	217,77	33,13	24,93	87,70	0,83		1,88	0,20	0,72	0,20
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,47	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,01
Итого		68,48	74,82	147,19	1268,90									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Понедельник Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Суп куриный	250 гр	8,89	7,19	12,43	149,99	29,71	16,21	76,52	0,94	0,03		0,12	0,60	0,12
Котлета из говядины	100 гр	18,00	20,00	20,00	260,00	9,94	22,17		2,07	0,50	0,45	0,17	3,89	0,15
Котлета куриная	100 гр	2,40	11,00	17,00	150,60	8,89	21,96	187,60	2,75		0,64	0,05		0,19
Гуляш говяжий	100 гр	0,80	1,80	3,90	34,80	7,00	18,00		0,70	23,00	0,20	0,10		0,10
Макароны отвар	200 гр	8,77	9,35	37,60	133,00	1,55	13,70	73,37	1,55	0,16	5,31			0,03
Рис отвар	200 гр	3,00	28,00	28,00	126,00	10,00	18,00	51,00	0,40		1,00	0,02		0,01
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат из свежих огурцов и помидоров	100гр	0,80	4,10	3,30	57,00	37,00	18,60	38,00	0,70	1,2	0,3	0,04	12,9	0,06
Салат из крабовых палочек,риса, яиц,кукуруза	100 гр	5,10	16,50	3,10	187,00	49,38	15,62	53,50	0,54			0,06		0,07
ПОЛДНИК														
Пирожок с картофелем	100 гр	3,80	8,80	25,10	235,00	56,97	16,74	76,60	16,74			0,09		0,09
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,57	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,01
Итого		55,86	107,76	198,03	1535,39									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

_____ Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Понедельник Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Суп куриный	250 гр	8,89	7,19	12,43	149,99	29,71	16,21	76,52	0,94	0,03		0,12	0,60	0,12
Котлета из говядины	100 гр	18,00	20,00	20,00	260,00	9,94	22,17		2,07	0,50	0,45	0,17	3,89	0,15
Котлета куриная	100 гр	2,40	11,00	17,00	150,60	8,89	21,96	187,60	2,75		0,64	0,05		0,19
Гуляш говяжий	100 гр	0,80	1,80	3,90	34,80	7,00	18,00		0,70	23,00	0,20	0,10		0,10
Макароны отвар	200 гр	8,77	9,35	37,60	133,00	1,55	13,70	73,37	1,55	0,16	5,31			0,03
Рис отвар	200 гр	3,00	28,00	28,00	126,00	10,00	18,00	51,00	0,40		1,00	0,02		0,01
Гречневая крупа	200 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат из свежих огурцов и помидоров	100гр	0,80	4,10	3,30	57,00	37,00	18,60	38,00	0,70	1,2	0,3	0,04	12,9	0,06
Салат из крабовых палочек,риса, яиц,кукуруза	100 гр	5,10	16,50	3,10	187,00	49,38	15,62	53,50	0,54			0,06		0,07
ПОЛДНИК														
Пирожок с картофелем	100 гр	3,80	8,80	25,10	235,00	56,97	16,74	76,60	16,74			0,09		0,09
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,57	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,01
Итого		55,86	107,76	198,03	1535,39									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности
Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.
У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Вторник Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Суп гороховый	250 гр	2,90	2,42	3,70	48,32	28,96	22,24	78,56	1,03	0	0,19	0,04	5,84	0
Рагу тз говядины	100 гр	13,90	10,80	3,80	165,80	19,00	18,00	172,00	2,30	0,00		0,06		0,12
Котлета из говядины	100 гр	18,00	20,00	20,00	260,00	9,94	22,17		2,072	0,5	0,45	0,172	3,89	0,152
Котлета куриная	100 гр	2,40	11,00	17,00	150,60	8,89	0,75	187,6	2,752		0,637	0,045		0,191
Рис отварной	200 гр	14,70	4,90	7,10	131,60	6,00	21,00	497,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Картофельные дольки	200 гр	29,69	27,01	51,10	533,90	15,98	44,70	114,86	1,13		5,34			
Спагети отварные	200 гр	0,07	0,30	4,80	24,60	37,70	35,00	90,70	1,90			0,10	12,60	0,10
Макароны отварные	200 гр	8,77	9,35	57,96	133,00	1,55	13,70		1,55	0,16	5,31	0,03		
Гречневая крупа	100 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат с квашеной капустой, свеклой,морковью и зеленым горошком	100 гр	1,50	4,40	4,60	63,80	47,40	19,40	36,80	1,20			0,04	23,10	0,06
ПОЛДНИК														
Пирожок с капустой	100 гр	5,00	8,10	38,20	243,60	65,85	17,45	66,90	0,90		3,60	0,53		0,63
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,57	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,01
Итого		101,23	99,30	255,86	1957,22									

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической

и административно-хозяйственной
деятельности

_____Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

БУФЕТ

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества			
		Б	Ж	У		Ca	Ma	P	Fe	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
Пирожок с картофелем	100 гр	4,20	3,70	34,40	184,70	56,97	16,74	76,60	16,74		0,09		0,09
Пирожок с капустой	100 гр	5,00	8,10	38,20	243,60	65,85	17,45	66,90	0,90	3,60	0,53		0,63
Пирожок с яйцом	100 гр	10,67	9,39	35,51	261,96	73,60	20,00	56,00	0,30	4.30	0,04	0,40	0,09
Пирожок с яблоком	100 гр	3,90	2,70	40,60	201,90	17,94	8,46	34,80	1,30	1,11	0,17	3,88	0,16
Творожная ватрушка	100 гр	10,10	17,20	26,00	300,50	43,50	32,50	43,60	0,45	5,30	0,54	2,30	0,13
Пицца с калбасой	100 гр	8,50	7,20	29,00	235,00								
Растигай с рыбой	100 гр	11,05	9,35	23,11	217,77	33,13	24,93	87,70	0,83	1,88	0,20	0,72	0,20
Ватрушка с повидлом	100 гр	6,70	4,40	45,00	220,00	43,20	12,40	21,30	0,32	4,65	0,34	0,65	0,23
Плюшка московская	100 гр	7,60	8,90	56,10	335,00	32,60	6,70	123,60	0,34	3,40	0,46	0,76	0,03
Бисквитный рулет	100 гр	4,70	20,00	23,80	298,80	23,40	34,00	21,40	2,70	5,40	0,76	5,64	0,98

СОГЛАСОВАНО
Проректор по экономической
и административно-хозяйственной
деятельности

_____ Е.А.Дубницкий

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аманов У.Б.

_____ У.Б. Аманов

ПРИМЕРНОЕ 14-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 15 ЛЕТ И СТАРШЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

День:Вторник Неделя: Первая

Возрастная категория: 15 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	A	E	B_1	C	B_2
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
Суп гороховый	250 гр	2,90	2,42	3,70	48,32	28,96	22,24	78,56	1,03	0	0,19	0,04	5,84	0
Рагу тз говядины	100 гр	13,90	10,80	3,80	165,80	19,00	18,00	172,00	2,30	0,00		0,06		0,12
Котлета из говядины	100 гр	18,00	20,00	20,00	260,00	9,94	22,17		2,072	0,5	0,45	0,172	3,89	0,152
Котлета куриная	100 гр	2,40	11,00	17,00	150,60	8,89	0,75	187,6	2,752		0,637	0,045		0,191
Рис отварной	200 гр	14,70	4,90	7,10	131,60	6,00	21,00	497,00	6,50		0,50	0,20	1,90	3,40
Картофельные дольки	200 гр	29,69	27,01	51,10	533,90	15,98	44,70	114,86	1,13		5,34			
Спагети отварные	200 гр	0,07	0,30	4,80	24,60	37,70	35,00	90,70	1,90			0,10	12,60	0,10
Макароны отварные	200 гр	8,77	9,35	57,96	133,00	1,55	13,70		1,55	0,16	5,31	0,03		
Гречневая крупа	100 гр	3,60	0,90	17,60	88,00	17,00	221,00	11,00	2,50			0,20		0,30
Салат с квашеной капустой, свеклой,морковью и зеленым горошком	100 гр	1,50	4,40	4,60	63,80	47,40	19,40	36,80	1,20			0,04	23,10	0,06
ПОЛДНИК														
Пирожок с капустой	100 гр	5,00	8,10	38,20	243,60	65,85	17,45	66,90	0,90		3,60	0,53		0,63
Компот из сухоф	200 гр	0,70	0,12	30,00	114,00	14,57	7,78	9,90	0,27		0,20	0,01		0,01
Итого		101,23	99,30	255,86	1957,22									