



ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для питания в школах ГБОУ СОШ №1, №3, №4, №8, №9, ГБОУ ООШ №5, №12, №21, №23, ГБОУ СОШ «Центр образования», «Чапаевский губернский колледж имени О.Колычева»

с 09 ноября по 13 ноября 2020 г.

№Рец	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Калорийность
	ПОНЕДЕЛЬНИК			
	Завтрак			
175	Каша молочная рис, пшено с маслом	15/200	17-90	194,00
	Сок фруктовый (короб)	200	25-00	88,00
	Хлеб пшеничный	1/30	1-30	156,62
11	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/20	20-30	199,00
	Обед			
87	Уха с рыбными консервами	200	14-00	101,37
413	Сосиска отварная	1/56	23-66	140,00
332	Изделия макаронные	1/100	3-49	135,92
601	Соус томатный	1/50	7-05	61,00
693	Какао с молоком	200	9-32	190,00
	Икра кабачковая	1/50	9-73	38,00
	Хлеб пшеничный	30	1-30	156,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-30	48,52
	Итого:		135-50	
	ВТОРНИК			
	Завтрак			
508	Гречка отварная	1/150	10-46	135,92
413	Колбаса отварная	100	35-96	233,00
601	Соус томатный	1/50	7-05	61,00
302	Сок (разливной)	200	9-73	88,00
	Хлеб пшеничный	1/30	1-30	156,62
	Обед			
88	Щи со свежей капустой на кур. бульоне со сметаной	10/200	14-00	213,37
366	Запеканка творожная со сгущенным молоком	20/100	25-25	363,17
15	Сыр(порциями)	1/30	21-00	106,68
111	Масло сливочное	1/10	5-00	77,00
686	Компот из сухофруктов	1/200	3-15	214,80
	Хлеб пшеничный	30	1-30	156,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-30	48,52
	Итого		135-50	
	СРЕДА			
	Завтрак			
176	Каша манная с маслом	15/200	16-90	186,00
302	Сок (0,2)	200	25-00	88,00
11	Бутерброд с маслом и колбасой	30/10/30	21-30	195,00
	Хлеб пшеничный	1/30	1-30	156,62

	Обед			
130	Рассольник со сметаной	10/200	14-00	217,55
267	Шницель(говяжий)	1/50	28-57	224,60
321	Гороховое пюре	100	4-44	114,36
601	Соус томатный	50	7-05	61,00
	Фрукт	1 шт.	12-41	
	Чай с сахаром	1/200	1-93	124,00
	Хлеб пшеничный	30	1-30	156,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-30	48,52
	Итого		135-50	
	ЧЕТВЕРГ			
	Завтрак			
177	Каша пшеничная молочная с маслом	15/200	17-90	204,00
	Сок (0,2)	200	25-00	88,00
	Хлеб пшеничный	1/30	1-30	156,62
11	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/20	20-30	199,00
	Обед			
139	Суп гороховый на кур. бульоне	1/200	14-00	221,47
290	Бефстроганов из курицы (с соусом сметанным)	50/50	32-07	176,53
312	Картофельное пюре	1/100	12-60	91,31
377	Сок фруктовый (разливной)	1/200	9-73	60,88
	Хлеб пшеничный	30	1-30	156,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-30	48,52
	Итого		135-50	
	ПЯТНИЦА			
	Завтрак			
174	Каша рисовая с маслом	15/200	16-90	184,00
	Сок фруктовый (короб)	200	25-00	88,00
	Хлеб пшеничный	1/30	1-30	156,62
11	Бутерброд с маслом и колбасой	30/10/30	21-30	195,00
	Обед			
112	Суп с вермишелью на курином бульоне	1/200	14-00	193,24
443	Плов с говяжьей	25/125	39-48	478,00
40	Салат витаминный	1/100	6-57	74,20
692	Кофейный напиток со сгущенным молоком	1/200	8-35	156,00
	Хлеб пшеничный	30	1-30	156,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-30	48,52
	Итого		135-50	