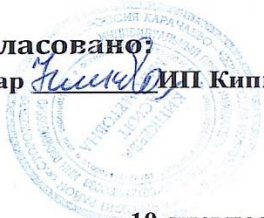


Согласовано:

Повар *Кипкеева А.М.* Кипкеева А.М..



10-дневное меню рационов п

Номер рецепт.	Наименование блюд
	обед
102	Суп гороховый
265	Плов из говядины
62	Салат витаминный
349	Компот из с/х фруктов
	Хлеб пшенично-ржаной
	Хлеб пшеничный
	ИТОГО

горник (первая неделя)

Выход блюد	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
	Б	Ж	У	
250	8,0	4,7	22,5	179,3
90	11,3	15,1	8,2	214,0
150	6,0	5,7	26,7	182,8
200	0,4	0,2	9,4	103,4
30	2,0	0,4	12,6	63,0
30	2,3	1,0	15,2	80,0
750	30,0	27,1	94,6	822,5

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
 ЗЕЛЕНЧУКСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "Средняя общеобразовательная школа №1
 станицы Сторожовской имени М.И. Бруснича"
 ОГРН 1020900974852 * ИНН 0904008091
 КЧР, 369180, Зеленчукский р-н, ст-ца Сторожовская, ул. Ленина, д. 46

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 "Средняя общеобразовательная школа №1
 станицы Сторожовской имени М.И. Бруснича"
 ОГРН 1020900974852 * ИНН 0904008091
 КЧР, 369180, Зеленчукский р-н, ст-ца Сторожовская, ул. Ленина, д. 46

Среда (первая неделя)

Номер рецепт.	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	обед					
96	Рассольник «Ленинградский»	250	2,5	5,8	16,3	128,6
278	Тефтели из говядины в соусе с овощами	90	8,9	8,8	8,7	155,0
203	Макароны отварные	150	5,1	0,6	34,5	168,0
349	Компот из с/х фруктов	200	1,6	0	33,6	123,0
	Ватрушка с творогом	100	9,9	8,5	33,0	148,0
	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,0	0,4	12,6	63,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1,0	15,2	80,0
	ИТОГО	850	32,3	25,1	153,9	865,6

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
 ЗЕЛЕНЧУКСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "Средняя общеобразовательная школа №1
 станции Сторожевой имени М.И.Бруснива"
 ОГРН 1020900974852 * ИНН 0904006091
 КЧР, 369160, Зеленчукский р-н, ст-ца Сторожевая, ул. Ленина, д. 46



Handwritten text on the right margin, possibly bleed-through from the reverse side of the page. The text is faint and difficult to decipher but appears to be organized in a list or table format.

Вторник (вторая неделя)

Номер рецепт.	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	обед					
102	Суп гороховый	250	8,75	1,5	17,25	115,5
268	Котлета из говядины запеченная в соусе	90	11,3	15,1	8,2	214,0
203	Макароны отварные с маслом	150	5,1	0,6	34,5	168,0
6	Салат из капусты с морковью и зеленым горошком	60	1,0	2,6	2,9	38,9
342	Компот из свежих фруктов	200	0,4	0,2	9,4	103,4
	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,0	0,4	12,6	63,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1,0	15,2	80,0
	ИТОГО	810	30,85	21,4	100,05	782,8

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
 ЗЕЛЕНУКСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "Средняя общеобразовательная школа №1
 станции Староженовской и/или И.И.Брусилова"
 ОГРН 1020900974852 * ИНН 0904006091
 КЧР, 369160, Зеленуковский р-н, ст-ца Староженов, ул. Ленина, д. 46

Среда (вторая неделя)

Номер рецепт.	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	обед					
103	Суп картофельный с макаронами	250	9,3	8,0	9,3	151,5
259	Жаркое по домашнему с говядиной	150	12,6	9,0	69,2	270,7
49	Салат витаминный	60	1,0	2,6	2,9	38,9
342	Компот из свежих фруктов	200	0,4	0,2	9,4	103,4
	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,0	0,4	12,6	63,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1,0	15,2	80,0
	ИТОГО	720	27,6	22,2	118,6	707,5

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
 ЗЕЛЕНЧУЖСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "Средняя общеобразовательная школа №1
 станции Сторожевой имени М.И. Брусилова"
 ОГРН 1020900974852 * ИНН 0904006091
 КЧР, 369160, Зеленчукский р-н, ст-ца Сторожевая, ул. Ленина, д. 46

Четверг (вторая неделя)

Номер рецепт.	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	обед					
96	Рассольник «Ленинградский»	250	2,5	5,8	16,3	128,6
189	Биточки из говядины в соусе	90	11,3	15,1	8,2	214,0
171	Гречка отварная с/м	150	6,0	5,7	26,7	182,8
342	Компот из свежих фруктов	200	0,4	0,2	9,4	43,4
	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,0	0,4	12,6	63,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1,0	15,2	80,0
	ИТОГО	750	24,5	28,2	88,4	711,8

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
 ЗЕЛЕНЧУКСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "Средняя общеобразовательная школа №1
 станции Сторожевой имени М.И. Бруснива"
 ОГРН 1020900974852 * ИНН 0904006091
 КЧР, 369180, Зеленчукский р-н, ст-ца Сторожевая, ул. Ленина, д. 46

Пятница (вторая неделя)

Номер рецепт.	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	обед					
96	Борщ со свежей капустой	250	8,3	6,3	11,3	120,3
203	Рыба жареная в соусе с овощами	100	6,3	8,0	6,4	120,8
203	Макароны отварные	150	5,1	0,6	34,5	168,0
349	Компот из с/х фруктов	200	1,6	0	33,6	123,0
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	0,8	33,0
	Хлеб пшенично-ржаной	30	2,0	0,4	12,6	63,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1,0	15,2	80,0
	Итого	860	26,0	16,7	114,4	708,1

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
 ЗЕЛЕНЧУКСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "Средняя общеобразовательная школа №1
 станции Сторожевой имени М.И. Бруснива"
 ОГРН 1020900974652 * ИНН 0904006091
 КЧР, 369180, Зеленчукский р-н, ст-ца Сторожевая, ул. Ленина, д. 46

Среднее потребление пищевых продуктов					
	Дни	белки	жиры	углеводы	Эн. ценность
	1	22,15	13,2	100,65	704,1
	2	30,0	27,1	94,6	822,5
	3	32,3	25,1	153,9	865,6
	4	22,9	28,6	128,0	857,1
	5	29,9	28,2	97,4	833,8
	6	30,0	27,1	94,6	722,5
	7	30,85	21,4	100,05	782,8
	8	27,6	22,2	118,6	707,5
	9	24,5	28,2	88,4	711,8
	10	26,0	16,7	114,4	708,1
Итого за 10 дней		26,68	24,54	108,95	778,75

При составлении примерного меню использован сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания – М. ДеЛи плюс, 2011г

Согласно СанПин для дополнительного обогащения блюд используется йодированная соль, проводится С-витаминизация третьих блюд.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
ЗЕЛЕНЧУКСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"Средняя общеобразовательная школа №1
станции Сторожевой имени М.И. Брусилова"
ОГРН 1020900974852 * ИНН 090400609
УФР 359160, Зеленчукский р-н, ст-ца Сторожевая, ул. Ленина.