

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мобзгаршвили

27.01.2022 (Н. школа 7-11 лет (зим-
весен), 2шт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания руб.
<i>Обед</i>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминаА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминаА-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминаА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	78-52
Итого за день		Калорийность-1 755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминаА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"
О.Г. Модзгеришвили

27.01.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-весен), 2чт)

Меню СКК

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	<i>Запеканка из творога</i>	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-29, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	<i>Молоко сгущенное</i>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	<i>Печенье</i>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
Итого за Завтрак		Калорийность-971, Белки-38, Жиры-38, Углеводы-118, ВитаминС-1, Магний-63	=
<u>Обед</u>			
60	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	<i>Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	<i>Тефтели из говядины в молочном соусе</i>	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	=
Итого за день		Калорийность-1755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	116-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моббершвили

28.01.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-весен), 2шт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
60	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7	=
200	Борщ с капустой и картофелем.	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-14, ВитаминС-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной.	Калорийность-62, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный.	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-640, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-66, ВитаминА-71, ВитаминС-27, Магний-67	78-52
Итого за день		Калорийность-1 207, Белки-45, Жиры-50, Углеводы-141, ВитаминА-173, ВитаминС-28, Магний-121	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая столовой

Техник-технолог

Удобрения С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"
О.Г. Модзгеришвили

27.01.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2чт)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-284, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-11, ВитаминаА-23, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-36	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминаА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27,	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-102, ВитаминаА-52, ВитаминС-20, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193	88-05
Итого за день		Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-102, ВитаминаА-52, ВитаминС-20, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Специальная (детская) школа"
О.Г. Модзгершвили

20.01.2022 (11. школа 7-11 лет (зим-весен), 2шт)

Меню СКК

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Яйца вареные.	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
45	Бутерброд с сыром (1-й вариант).	Калорийность-149, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминА-62, Магний-14	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая.	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-20	=
50	Хлеб пшеничный.	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25, Магний-7	=
200	Чай каркаде.	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
Итого за Завтрак		Калорийность-567, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-75, ВитаминА-102, ВитаминС-1, Магний-54	=
Обед			
60	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7	=
200	Борщ с капустой и картофелем.	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный.	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-640, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-66, ВитаминА-71, ВитаминС-27, Магний-67	=
Итого за день		Калорийность-1 207, Белки-45, Жиры-50, Углеводы-141, ВитаминА-173, ВитаминС-28, Магний-121	116-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Телефон
технолог

Кабулани Г.И.

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-12	=
250	Борщ с капустой и картофелем.	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
200	Плов из отварной птицы	Калорийность-389, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-26, ВитаминА-78, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной.	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный.	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	88-05
Итого за день		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеркина

07.02.2022 (И. школа 7-11 лет)

() () () () () ()

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-12, Магний-9	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-753, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-54, ВитаминС-25, Магний-60	78-52
Итого за день		Калорийность-1 208, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-158, ВитаминА-99, ВитаминС-33, Магний-138	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

С.Г. Модзгоршвили

07.02.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 2ин)

Меню СКУ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброд с сыром (1-й вариант)	Калорийность-149, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминаА-62, Магний-14	=
200	Каша пшенная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминаА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-456, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-64, ВитаминаА-99, ВитаминС-11, Магний-52	=
<u>Обед</u>			
Икра			
60	кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-753, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-94, ВитаминС-25, Магний-86	=
Итого за день		Калорийность-1 208, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-158, ВитаминаА-99, ВитаминС-36, Магний-138	116-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Медзгершвили

07.02.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2пн)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
	Икра		
100	кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-921, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-114, ВитаминС-31, Магний-106	88-05
Итого за день		Калорийность-921, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-114, ВитаминС-31, Магний-106	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моддэгершвиц

08.02.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-
весен), 2вт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Овощи натуральные соленные (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-3, ВитаминА-59, Магний-24	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-433, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-54, ВитаминА-89, ВитаминС-15, Магний-87	78-52
Итого за день		Калорийность-1 043, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-109, ВитаминА-200, ВитаминС- 20, Магний-215	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

08.03.2022 (11 марта 2022 года) (сезон - весна), 2вт)

Меню СКК

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, Витамина А-11, Витамин С-1, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, Витамина А-76, Витамин С-1, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Витамина А-24, Магний-39	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, Витамин С-3, Магний-2	=
Итого за Завтрак		Калорийность-609, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-55, Витамина А-111, Витамин С-5, Магний-128	=
Обед			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, Витамин С-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Витамин С-7, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-3, Витамина А-59, Магний-24	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамина А-30, Витамин С-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, Витамин С-1, Магний-2	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-433, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-54, Витамина А-89, Витамин С-15, Магний-87	=
Итого за день		Калорийность-1 043, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-109, Витамина А-200, Витамин С-20, Магний-215	116-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая столовой

Техник-технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Е. Модзгеришвили

08.02.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2вт)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
100	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-5	=
250	Свекольник	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-31	=
100	Суфле рыбное	Калорийность-112, белки-14, Жиры-3, Углеводы-3, ВитаминА-66, ВитаминС-1, Магний-26	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-531, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-67, ВитаминА-102, ВитаминС-21, Магний-93	88-05
Итого за день		Калорийность-531, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-67, ВитаминА-102, ВитаминС-21, Магний-93	

ИП _____

Протокол № _____

Заведующий
столовой _____

Техник
технолог _____

Контроль № _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совицкая средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

09.02.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-весен), 2ср)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-655, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-96, ВитаминаА-53, ВитаминС-79, Магний-39	78-52
Итого за день		Калорийность-1 390, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-210, ВитаминаА-106, ВитаминС-82, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-217	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая столовой

Техник-технолог

Халиуллина С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Т. Модзгиршвили

09.02.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-весен), 2ср)

Меню СКК

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-118	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-53, ВитаминС-2, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-32	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14	=
Итого за Завтрак		Калорийность-735, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-114, ВитаминА-53, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-178	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-655, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-96, ВитаминА-53, ВитаминС-79, Магний-39	=
Итого за день		Калорийность-1 390, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-210, ВитаминА-106, ВитаминС-82, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-217	116-54

ИП

Протасов Р.О.

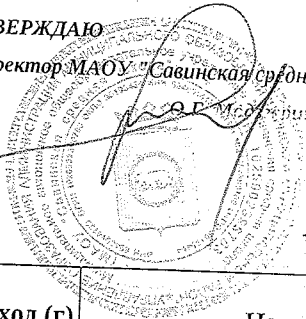
Заведующая столовой

Техник-технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"



09.02.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), (ср))

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2, ВитаминС-5, Магний-13	=
250	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
100	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
		Итого за день: Калорийность-805, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82, Магний-49	89 05

ИП

Протасов Р.О.

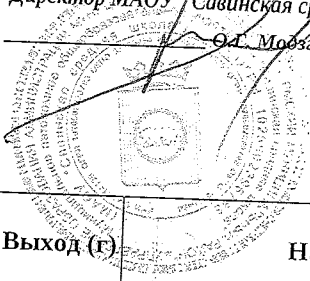
Заведующая
столовой

Техник
технолог

Халиуллина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"
 От: Мадзгаршвили



10.02.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-весен), 2чт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	78-52
Итого за день		Калорийность-1 755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	

ИП

Протоасов М.О.

Заведующая столовой

Техник
технолог

Калькулянт С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

10.02.2022 (Школа 7-11 лет (зим-весен), 2чт)

Меню СКК

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-29, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
Итого за Завтрак		Калорийность-971, Белки-38, Жиры-38, Углеводы-118, ВитаминС-1, Магний-63	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	=
Итого за день		Калорийность-1 755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	116-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинской средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

10.02.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2чт)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-284, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-11, ВитаминА-23, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-36	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-102, ВитаминА-52, ВитаминС-20, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193	88-05
Итого за день		Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39, Углеводы-102, ВитаминА-52, ВитаминС-20, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193	

ИИ

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили



11.02.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-весен), 2шт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7	=
200	Борщ с капустой и картофелем.	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный.	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-640, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-66, ВитаминА-71, ВитаминС-27, Магний-67	78-52
Итого за день		Калорийность-1 207, Белки-45, Жиры-50, Углеводы-141, ВитаминА-173, ВитаминС-28, Магний-121	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

Меню СЖК

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйца вареные.	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
45	Бутерброд с сыром (1-й вариант).	Калорийность-149, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминА-33, Магний-14	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая.	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
50	Хлеб пшеничный.	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25, Магний-7	=
200	Чай каркаде.	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
Итого за Завтрак		Калорийность-567, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-78, ВитаминА-102, ВитаминС-1, Магний-54	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7	=
200	Борщ с капустой и картофелем.	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный.	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-640, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-66, ВитаминА-71, ВитаминС-27, Магний-67	=
Итого за день		Калорийность-1 207, Белки-45, Жиры-50, Углеводы-141, ВитаминА-173, ВитаминС- 28, Магний-121	116-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

МАОУ УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Е. Модзгеришвили

"Савинская средняя школа"

11.02.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2пт)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-12	=
250	Борщ с капустой и картофелем.	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
200	Плов из отварной птицы	Калорийность-389, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-26, ВитаминА-78, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной.	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный.	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	88-05
Итого за день		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	

ИП _____

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой _____

Техник-
технолог _____

Халиуллина С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАФУ "Савиновская средняя школа"

О.А. Модзгеришвили

12.02.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2сб)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4, ВитаминС-25	=
250	Суп с рыбными консервами	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-48	=
100	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-862, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-81, ВитаминА-116, ВитаминС-34, Магний-180	88-05
Итого за день		Калорийность-862, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-81, ВитаминА-116, ВитаминС-34, Магний-180	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.С. Модзгершвили

26.01.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2ср)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
100	<i>Салат из свежих огурцов</i>	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2, ВитаминС-5, Магний-13	=
250	<i>Суп картофелем с макаронными изделиями</i>	Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
100	<i>Шницель из птицы припущенные</i>	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	<i>Напиток из шиповника</i>	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
40	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-805, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82, Магний-49	88-05
Итого за день		Калорийность-805, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82, Магний-49	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модисерина

26.01.2022 (Н. школа 7-11 лет (зим-весен), 2ср)

Меню СКК

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-118	--
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-53, ВитаминС-2, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-32	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14	=
Итого за Завтрак		Калорийность-735, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-114, ВитаминА-53, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-178	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-28, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	--
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-655, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-96, ВитаминА-53, ВитаминС-70, Магний-39	=
Итого за день		Калорийность-1390, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-210, ВитаминА-106, ВитаминС-82, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-217	116-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моздгершвили

25.01.2022 (Н. школа 7-11 лет (зим-
весен), 2вт)

Меню СКК

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, Витамина-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, Витамина-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Витамина-24, Магний-89	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС- 3, Магний-2	=
Итого за Завтрак		Калорийность-609, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-55, ВитаминА-111, ВитаминС-5, Магний-128	=
<u>Обед</u>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-3, Витамина-59, Магний-24	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамина-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-433, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-54, Витамина-89, ВитаминС-15, Магний-87	=
Итого за день		Калорийность-1 043, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-109, Витамина-200, ВитаминС- 20, Магний-215	116-54

ИП

Протасов И.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Хозяйка С.С.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мобзгаришвили

25.01.2022 (Н. школа 7-11 лет (зим-
весен), 2вт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-3, ВитаминА-50, Магний-21	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-433, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-54, ВитаминА-89, ВитаминС-15, Магний-87	78-52
Итого за день		Калорийность-1 043, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-109, ВитаминА-200, ВитаминС- 20, Магний 215	

ИП _____

Протокол Р.О. _____

Заведующая
столовой _____

Техник-
технолог _____

Лаборант _____