

## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

для  
ДОКУМЕНТА \_\_\_\_\_

Р.Г. Ямилов

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
ТТК - 47	Салат из свеклы с изюмом	50	5,25	0,64	4,43	6,07	65,50
174/15	Каша манная молочная	150/15	23,71	5,53	14,77	25,71	259,24
ТТК - 35	Булочка с кунжутом	50	6,09	4,21	2,55	24,07	137,84
642/96	Какао с молоком	200	13,00	3,64	3,61	22,81	133,81
<b>ОБЕД</b>							
36/04	Салат из квашенной капусты с клюквой	75	16,13	0,97	3,38	3,72	48,41
114/04	Суп "Ныгули шыд" с мясом	250/18,5/ 12,5	22,21	9,05	5,92	21,14	175,42
ТТК - 3	Говядина тушеная с изюмом	48/75	56,71	14,90	16,93	15,34	270,31
128/15	Картофельное пюре	150	14,84	3,05	4,90	20,02	137,61
585/94	Компот из яблок	200	10,86	0,16	0,16	27,30	105,89
685/96	Хлеб	50	2,51	3,46	1,56	23,68	124,09
<b>ИТОГО:</b>			<b>171,31</b>	45,61	58,21	189,86	<b>1458,12</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

*Чуричков*  
*Назарова*

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б. Останина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

Р.Г. Ямилов

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Сыр порция	25	24,75	5,45	6,49	0,00	80,22
173/15	Каша геркулесовая с молоком	150/15	23,87	6,18	16,47	22,92	265,73
685/96	Пирожки печеные с капустой и яйцом	50	5,44	3,11	1,95	16,68	97,62
379/15	Кофейный напиток с цельным молоком	200	14,3	2,90	1,55	23,91	117,38
<b>ОБЕД</b>							
ТК - 32	Салат из помидоров, огурцов с м/р	75	23,43	0,56	14,77	1,85	142,27
82/15	Борщ с капустой и мясом	250/12,5	20,35	4,86	5,89	11,35	116,48
357/96	Мясо отварное	50	50,55	13,61	9,72	0,30	143,10
257/96	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	13,67	7,74	6,27	33,79	225,65
158/08	Напиток "Здоровье"	200	11,18	0,11	0,07	23,34	89,76
685/96	Хлеб	50	2,51	3,46	1,56	23,68	124,09
<b>ИТОГО:</b>			<b>190,05</b>	<b>47,98</b>	<b>64,74</b>	<b>157,82</b>	<b>1402,30</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б. Осталина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

День: среда

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет

Утверждаю

Директор

Р.Г. Ямилов

Р.Г. Ямилов

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
366/04	Запеканка из творога со сгущенным молоком	75/15	34,00	11,51	15,11	19,21	256,45
774/04	Булочка с помадкой	50	11,37	3,71	5,95	22,97	160,54
350/20	Кисель из клюквы	200	12,30	0,09	0,03	44,75	175,09
<b>ОБЕД</b>							
18/04	Салат "Славянский с маслом" 18/04	75	16,00	3,55	15,79	7,34	185,35
109/04	Пуштые шнд с мясом	250/12,5	23,71	6,72	5,36	18,14	148,70
294/15	Котлеты, биточки из окорочка	75	35,64	6,67	4,69	9,23	106,53
305/15	Рис припущенный с маслом	150	9,81	3,63	4,76	36,76	207,94
685/96	Хлеб	50	2,51	3,54	1,98	23,16	126,05
929/82	Компот из апельсинов	200	19,95	0,44	0,10	33,31	129,22
<b>ИТОГО:</b>			<b>165,29</b>	<b>39,86</b>	<b>53,77</b>	<b>214,87</b>	<b>1495,87</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

*В.С. Чуричков*  
*С.В. Назарова*  
*Е.Б. Останина*

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б. Останина



**ИНДИВИДУАЛЬНОЕ МЕНЮ ООО "ШКОЛЬНИК"**

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет



**Р.Г. Ямилов**

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
ГТК -24	Салат "Румянец"	75	9,48	1,02	19,66	4,60	198,48
173/15	Каша вязкая пшенная с молоком	150/15	23,94	6,35	15,60	27,07	275,55
772/04	Булочка с обсыпкой с кокосом	50	5,73	3,93	1,91	23,91	130,29
630/96	Чай с молоком	200	6,23	1,64	1,79	17,36	88,66
<b>ОБЕД</b>							
ГТК - 2	Салат из помидор с маслом растительным	75	20,45	0,65	14,80	2,23	144,36
107/04	Агырчи шыд с мясом	250/12,5	23,01	5,38	6,48	12,48	129,59
479/97	Биточки по- белорусски	75/5	23,49	14,75	18,88	0,95	232,51
217/04	Картофель и овощи тушеные в соусе	150	14,46	2,94	9,58	22,59	189,70
685/96	Хлеб	50	2,51	3,54	1,98	23,16	126,05
388/15	Напиток из плодов шиповника	200	10,20	0,30	0,12	22,24	86,99
<b>ИТОГО:</b>			<b>139,50</b>	40,50	90,80	156,59	<b>1602,18</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

*Чуричков*

В.С. Чуричков

*Назарова*

С.В. Назарова

Е.Б. Останина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет



Р.Г. Ямилов

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
197/96	Суп фруктовый	250	14,64	0,93	0,10	70,56	278,79
695/94	Ватрушка с творогом	75	13,74	7,84	3,36	25,88	166,56
379/15	Кофейный напиток с цельным молоком	200	14,3	2,90	1,55	23,91	117,38
<b>ОБЕД</b>							
67/15	Винегрет овощной	75	8,96	1,00	7,47	4,97	90,72
99/15	Суп из овощей с мясом	250/12,5	22,19	5,08	5,98	10,29	115,34
409/96	Печень по-деревенски	50/47	41,43	14,98	12,43	4,40	189,05
482/96	Капуста тушеная	150	15,33	3,38	4,03	13,87	102,91
685/96	Хлеб	50	2,51	3,46	1,56	23,68	124,09
588/96	Компот из кураги, изюма	200	9,85	0,69	0,03	31,02	120,96
	Апельсин	200	46,00	1,69	0,35	14,74	65,96
<b>ИТОГО:</b>			<b>188,95</b>	<b>41,95</b>	<b>36,86</b>	<b>223,32</b>	<b>1371,76</b>

Директор ООО "Школьник"

Салькулятор

Заведующая производством

*Чуричков*  
*Назарова*

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б. Останина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

День: суббота

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет



Р.Г. Ямилов

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
ТТК 1/04	Салат " Удмуртский"	75	21,39	3,38	10,99	6,00	136,39
682/96	Оладьи с повидлом	170	18,65	11,88	10,20	71,17	425,32
350/20	Кисель из клюквы	200	12,3	0,02	0,00	32,40	127,40
<b>ОБЕД</b>							
36/04	Салат из квашенной капусты с клюквой	75	21,51	1,29	4,50	4,96	64,55
104/15	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/17,5	21,28	5,46	4,41	16,38	127,88
ТТК№ 229	Рыба тушеная с овощами	50/50	57,11	12,19	8,16	4,00	137,47
469/96	Макароны отварные	150	8,61	5,35	4,96	31,87	196,43
685/96	Хлеб	50	2,51	3,54	1,98	23,16	126,05
929/82	Компот из апельсинов	200	19,95	0,44	0,10	33,31	129,22
<b>ИТОГО:</b>			<b>183,31</b>	<b>43,55</b>	<b>45,30</b>	<b>223,25</b>	<b>1470,71</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б.Останина



**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"**

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет

Утверждаю

Директор

Р.Г. Ямилов

Р.Г. Ямилов

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
ТТК - 31	Салат "Диетический"	50	7,27	0,61	4,94	3,12	58,76
294/96	Сырники из творога	150/10	55,01	34,35	5,90	22,16	278,46
768/04	Булочка с обсыпкой с орехами	50	11,96	4,73	4,72	24,44	160,88
630/96	Чай с молоком	200	6,23	1,64	1,79	17,36	88,66
<b>ОБЕД</b>							
ТТК - 14	Салат "Зимний" со свеж. огурцом	75	11,11	2,08	10,79	5,87	128,92
88/15	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом	250/12,5	19,03	4,86	5,92	8,16	104,99
403/96	Плов	250	74,30	18,57	21,10	53,67	483,07
685/96	Хлеб	50	2,51	3,54	1,98	23,16	126,05
588/94	Компот из кураги	200	9,40	1,02	0,06	29,54	117,02
	Апельсин	200	46,00	1,69	0,35	14,74	65,96
<b>ИТОГО:</b>			<b>242,82</b>	73,09	57,55	202,22	<b>1612,77</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

*В.С. Чуричков*

В.С. Чуричков

*С.В. Назарова*

С.В. Назарова

*Е.Б. Останина*

Е.Б. Останина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

ДЛЯ \_\_\_\_\_

Р.Г. Ямилов



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
173/15	Каша пшенная молочная	150/15	23,94	6,35	15,60	27,07	275,55
419/04	Ватрушка с сыром	75	26,45	7,66	7,22	21,66	183,80
379/15	Кофейный напиток с молоком	200	14,3	2,90	1,55	23,91	117,38
<b>ОБЕД</b>							
20/15	Салат из огурцов с м/р	75	22,76	0,47	14,74	1,47	140,18
ТТК 15/156	Суп-лапша домашняя с мясом	250/12,5	17,33	5,65	6,39	11,48	126,91
330/96	Шницель рыбный натуральный	75	56,61	14,10	10,92	6,27	179,97
128/15	Картофельное пюре	150	14,84	3,05	4,90	20,02	137,61
685/96	Хлеб	75	3,77	4,99	2,16	32,87	173,11
647/96	Напиток из клюквы	200	15,16	0,12	0,04	22,64	86,89
<b>ИТОГО:</b>			<b>195,16</b>	45,29	63,52	167,39	<b>1421,40</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

заведующая производством

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б. Останина



ДИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_



для  
ДОКУМЕНТОВ

Р.Г. Ямилов

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
ГТК - 6	Салат из свеклы с изюмом	50	5,25	0,64	4,43	6,07	65,50
	Сыр порция	15	14,85	3,27	3,89	0,00	48,13
173/15	Каша гречневая молочная	150/15	26,31	6,75	15,60	23,68	263,31
685/96	Пирожки печеные с капустой и яйцом	50	5,44	3,11	1,95	16,68	97,62
588/94	Компот из кураги	200	9,40	1,02	0,06	29,54	117,02
<b>ОБЕД</b>							
ГТК- 2	Салат из помидор с маслом растительным	100	27,26	0,86	19,74	2,98	192,48
96/15	Рассольник "Ленинградский" с геркулесом и мясом	250/12,5	22,00	5,46	6,31	15,18	140,22
288/15	Окорочок отварной	100	42,91	24,65	1,42	0,33	112,67
215/96	Рагу из овощей	150/5	15,97	2,04	10,60	12,14	151,92
591/94	Кисель	200	6,30	0,02	0,00	51,09	199,52
685/96	Хлеб	75	3,77	5,32	2,97	34,75	189,07
<b>ИТОГО:</b>			<b>179,46</b>	53,14	66,97	192,44	<b>1577,46</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

Чуричков В.С. Чуричков  
Назарова С.В. Назарова  
Останина Е.Б. Останина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "ШКОЛЬНИК"

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

Р.Г. Ямилов

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
234/15	Котлеты рыбные	75	42,72	9,09	4,68	9,28	116,45
ТТК 4/96	Каша геркулесовая гарнирная	150	7,68	4,00	6,25	19,27	151,14
ТТК - 35	Булочка с обсыпкой и кунжутом	50	6,09	4,21	2,55	24,07	137,84
642/96	Какао с молоком	200	13,00	3,64	3,61	22,81	133,81
<b>ОБЕД</b>							
ТТК 1/04	Салат "Удмуртский"	75	21,39	2,54	8,24	4,50	102,29
178/96	Чорыг шыд (уха со взбитым яйцом)	250	35,62	2,13	4,36	11,94	96,15
408/96	Печень тушенная в соусе	50/50	34,85	11,73	13,32	4,46	184,95
2/6/96	Макароны отварные с сыром	150	22,64	8,27	8,68	31,87	241,57
685/96	Хлеб	50	2,51	3,46	1,56	23,68	124,09
	Сок фруктовый	200	24,00	0,94	0,18	18,38	75,30
<b>ИТОГО:</b>			<b>210,50</b>	50,01	53,43	170,26	<b>1363,59</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б. Останина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

Р.Г. Ямилов

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
174/15	Каша рисовая молочная	150/15	24,53	4,46	14,77	26,81	259,52
	Масло сливочное порция	10	18,00	0,05	7,26	0,07	65,80
ГТК 32	Ватрушка с сыром	75	26,45	7,66	7,22	21,66	183,80
388/15	Напиток из шиповника	200	10,20	0,30	0,12	22,24	86,99
<b>ОБЕД</b>							
ГТК 18/04	Салат "Славянский" с маслом	75	16,01	2,66	11,84	5,51	139,01
157/04	Солянка домашняя мясная	250	34,20	8,35	8,65	10,41	153,20
260/15	Гуляш из говядины	50\50	52,34	14,05	15,99	4,90	219,55
128	Гороховое пюре с маслом	150	9,30	15,27	5,39	30,00	232,01
685/96	Хлеб	75	3,77	5,20	2,34	35,52	186,13
585/96	Компот из яблок	200	10,86	0,16	0,16	27,30	105,89
<b>ИТОГО:</b>			<b>205,66</b>	58,16	73,74	184,42	<b>1631,90</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

В.С. Чуричков

С.В. Назарова

Е.Б. Останина



## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Школьник"

Утверждаю

Директор

День: суббота

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-10 лет

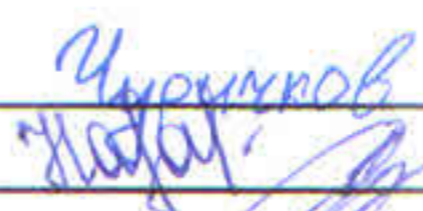
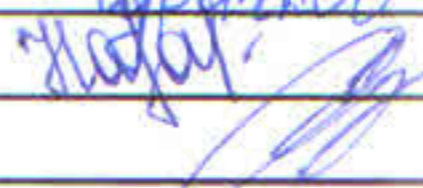



№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещ-ва, г.			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
ГТК - 24	Салат "Румянец"	75	9,48	0,76	14,74	3,45	148,86
162/06	Суп молочный с рисом	250	13,66	4,40	5,10	17,68	133,71
695/96	Ватрушка с повидлом	75	11,70	4,37	2,02	41,77	200,92
ГТК - 3	Кисель из клюквы	200	12,30	0,02	0,00	32,40	127,40
<b>ОБЕД</b>							
ГТК - 32	Салат из помидоров и огурцов с м/р	100	31,24	0,74	19,70	2,47	189,69
128/96	Рассольник "Домашний" с мясом	250/12,5	31,01	5,29	6,06	13,62	130,57
259,51	Жаркое по-домашнему	50/150	58,87	11,84	13,06	16,20	230,89
685/96	Хлеб	75	3,77	4,99	2,16	32,87	173,11
ГТК - 6	Напиток "Здоровье"	200	11,18	0,11	0,07	23,34	89,76
	Яблоко	200	36,00	0,75	0,70	17,84	77,56
<b>ИТОГО:</b>			<b>219,21</b>	33,27	63,61	201,64	<b>1502,47</b>

Директор ООО "Школьник"

Калькулятор

Заведующая производством

 В.С. Чуричков  
 С.В. Назарова  
 Е.Б. Останина