

7 декабря

ООО "Лаверна"

телефон 89114277702

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы



завтрак	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
оладьи с соусом	150/30	41,4	17,6	22,2	39,16	424,7
кофейный напиток	200	20,6	3,6	2,7	29,2	155
фрукт	50	8,74	0,2	0,2	4,9	23,5
		70,74	21,4	25,1	73,26	603,2

оладьи	150/15	35,4	17,6	22,2	39,16	424,7
кофейный напиток	200	20,6	3,6	2,7	29,2	155
		56	21,2	24,9	68,36	579,7

Обед

рассольник ленинград	200	14,4	1,6	4,1	9,6	85,8
шницель мясной	30/30	31,2	5,4	7,74	6,72	121,6
рис отварной	100	12,6	2,4	4,9	24,6	151,3
компот из апельсинов	200	10,2	0,56		28	114
хлеб	40	2,34	2,2	0,4	19,8	92
		70,74	12,16	17,14	88,72	564,7

рассольник ленинград	200	14,4	1,6	4,1	9,6	85,8
шницель мясной	30/30	31,2	5,4	7,74	6,72	121,6
рис отварной	100	12,6	2,4	4,9	24,6	151,3
компот из ягод	200	10,2	0,56		28	114
хлеб	40	1,6	2,2	0,4	19,8	92
		70	12,16	17,14	88,72	564,7

рассольник ленинград	180	13	1,6	4,1	9,6	85,8
шницель мясной	25/30	26,3	4,5	6,45	5,6	101,3
рис отварной	100	12,6	2,4	4,9	24,6	151,3
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
хлеб	40	0,1	2,2	0,4	19,8	92
		55	10,82	15,85	74,6	491,4

Зав производством

8 декабря

ООО "Лаверна"

телефон 89114277702

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы



набор продуктов	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
омлет натуральный	135	54,7	13,6	15,2	2,44	201,2
зеленый горошек	15.	7	0,75	0,03	1,92	10,95
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
огурец свежий	20	4	0,16	0,02	0,52	2,8
хлеб	40	2,04	3,7	0,6	29,3	139
		70,74	18,33	15,85	49,18	414,95

омлет натуральный	125	50,6	12,6	14,1	2,27	187,1
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
хлеб	40	2,4	3,7	0,6	29,3	139
		56	16,42	14,7	46,57	387,1

Обед						
суп овощной	200	11,6	1,3	4	7,3	76,2
тефтели мясные	40/30	36,1	5,6	6	8,9	111,4
макароны отварные	100	8,2	3,6	3,9	20,3	130,5
компот из сухофруктов	200	10,9	0,56		28	114
огурец свежий	15	3	0,12	0,015	0,39	2,1
хлеб	35	0,94	3,7	0,6	29,3	139
		70,74	14,88	14,515	94,19	573,2

суп овощной	200	11,6	1,3	4	7,3	76,2
тефтели мясные	40/30	36,1	5,6	6	8,9	111,4
макароны отварные	100	8,2	3,6	3,9	20,3	130,5
компот из сухофруктов	200	10,9	0,56		28	114
огурец свежий	15	3	0,12	0,015	0,39	2,1
хлеб	35	0,2	3,7	0,6	29,3	139
		70	14,88	14,515	94,19	573,2

суп овощной	200	11,6	1,3	4	7,3	76,2
тефтели мясные	35/30	31,8	4,9	5,2	7,8	97,4
макароны отварные	100	8,2	3,6	3,9	20,3	130,5
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
хлеб	35	0,4	2,2	0,4	19,8	92
		55	12,12	13,5	70,2	457,1

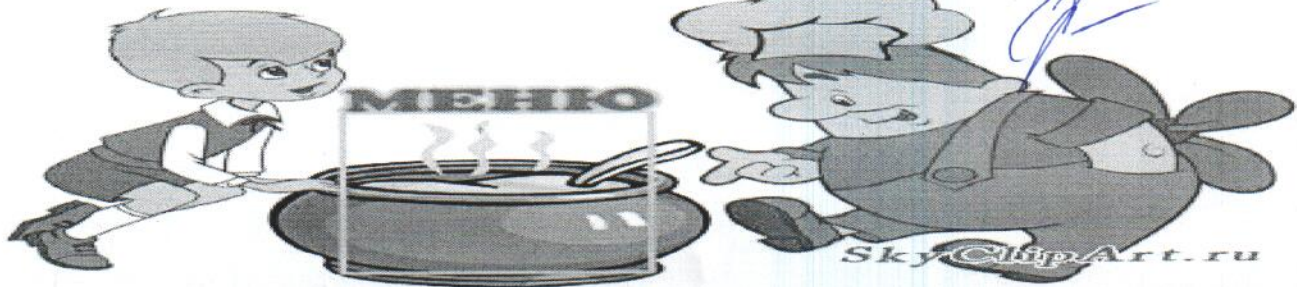
Зав.производством

9 декабря

ООО "Лаверна" телефон 89114277702

УТВЕРЖДАЮ

№ Директор школы



завтрак	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
каша молочная	210	30,7	8,6	11,1	44,3	312
кофейный напиток	200	20,6	3,6	2,7	29,2	155,2
бутерброд с колбасой	20/30	19,44	5,3	8,3	14,8	155
		70,74	17,5	22,1	88,3	622,2

каша молочная	210	30,7	8,6	11,1	44,3	312
кофейный напиток	200	20,6	3,6	2,7	29,2	155,2
батон	45	4,7	2,2	0,4	19,8	92
		56	14,4	14,2	93,3	559,2

обед						
суп картофельный с верм	200	8,2	2,2	2,3	13,9	94,7
голубцы любительские	85	47,6	9	6,9	14,8	158,1
компот из яблок	200	10,2	0,56		28	114
огурец свежий	20	4	0,16	0,02	0,52	2,8
хлеб	40	0,74	3,7	0,6	29,3	139
		70,74	15,62	9,82	86,52	508,6

суп картофельный с верм	200	8,2	2,2	2,3	13,9	94,7
голубцы любительские	85	47,6	9	6,9	14,8	158,1
компот из яблок	200	10,2	0,56		28	114
огурец свежий	15	3	0,12	0,015	0,39	2,1
хлеб	40	1	3,7	0,6	29,3	139
		70	15,58	9,815	86,39	507,9

суп картофельный с верм	200	8,2	2,2	2,3	13,9	94,7
голубцы любительские	75	42	7,9	6,1	13	139,1
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
хлеб	40	1,8	3,7	0,6	29,3	139
		55	13,92	9	71,2	433,8

зав.производством

10 декабря

ООО "Лаверна" телефон 89114277702

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы



	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
запеканка творожная	130/20	54,9	15,2	13,5	30,7	306,5
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
выпечка	70	12,84	6,6	3,8	30,5	197
		70,74	21,92	17,3	76,2	564,5

запеканка творожная	120/20	51,3	14	12,5	28,3	282,9
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
батон	30	1,7	2,2	0,4	19,8	92
		56	16,32	12,9	63,1	435,9

Обед						
суп картофель с горохом	200	9,5	4,4	4,2	13,2	118,8
тефтели мясные	40/30	36,1	5,6	6	8,9	111,4
рагу овощное	100	12,3	1,8	11	8,6	142
компот из ягод	200	10,6	0,56		28	114
хлеб	40	2,24	3,7	0,6	29,3	139
		70,74	16,06	21,8	88	625,2

суп картофель с горохом	200	9,5	4,4	4,2	13,2	118,8
тефтели мясные	40/30	36,1	5,6	6	8,9	111,4
рагу овощное	100	12,3	1,8	11	8,6	142
компот из ягод	200	10,6	0,56		28	114
хлеб	40	1,5	3,7	0,6	29,3	139
		70	16,06	21,8	88	625,2

суп картофель с горохом	180	8,6	4,4	4,2	13,2	118,8
тефтели мясные	35/25	31,9	4,9	5,2	7,8	97,4
рагу овощное	100	12,3	1,8	11	8,6	142
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
хлеб	40		3,7	0,6	29,3	139
		55	14,92	21	73,9	558,2

Зав.производством

ООО "Лаверна" телефон 89114277702

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы



	выход	цена	белки	жиры	углевод	эн.ценнс
курица отварная	70/50	42,8	18,8	20,8	0,4	262,4
макароны отварные	140	11,5	5,1	5,4	28,4	182,7
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
фрукт	60	11,44	24	0,24	5,9	28,2
хлеб		2	2,2	0,4	19,8	92
		70,74	50,22	26,84	69,5	626,3
курица отварная	70	39,2	18,8	20,8	0,4	262,4
макароны отварные	140	11,5	5,1	5,4	28,4	182,7
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
хлеб		2,3	2,2	0,4	19,8	92
		56	26,22	26,6	63,6	598,1
обед						
щи со свежей капусты	200	10,1	1,4	3,96	6,32	71,8
биточки мясные	35/30	36	6,2	8,6	7,35	135,6
картофель отварной	100	13,1	2	0,4	15,8	74,8
компот из ягод	200	9,9	0,56		28	114
хлеб	40	1,64	3,7	0,6	29,3	139
		70,74	13,86	13,56	86,77	535,2

щи со свежей капусты	200	10,1	1,4	3,96	6,32	71,8
биточки мясные	35/30	36	6,2	8,6	7,35	135,6
картофель отварной	100	13,1	2	0,4	15,8	74,8
компот из ягод	200	9,9	0,56		28	114
хлеб	40	0,9	3,7	0,6	29,3	139
		70	13,86	13,56	86,77	535,2

щи со свежей капусты	180	9,1	1,4	3,96	6,32	71,8
биточки мясные	30	29,1	4,68	5,3	3,8	85
картофель отварной	100	13,1	2	0,4	15,8	74,8
чай с сахаром	200	3	0,12		15	61
хлеб	40	0,7	3,7	0,6	29,3	139
		55	11,9	10,26	70,22	431,6

Зав.производством