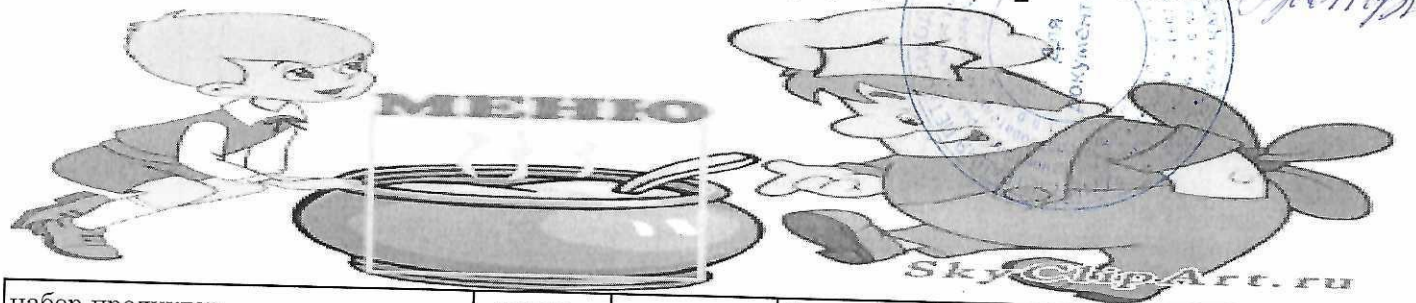
12 марта

ООО "Лаверна" телефон 89114277702

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



набор продуктов	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
манник	150/20	41,5	8,3	6,5	63,7	351,1
кофейный напиток	200	18,8	3,6	2,7	29,2	155,2
фрукт	70	12,57	0,28	0,28	6,86	32,9
		72,87	**12,18**	**9,48**	**99,76**	**539,2**

манник	150/20	41,5	8,3	6,5	63,7	351,1
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
фрукт	70	11,8	0,28	0,28	6,86	32,9
		56	**8,7**	**6,78**	**85,56**	**445**
Обед						
борщ со свежей капусты	200	11,9	1,28	3,89	6,85	73
жаркое	130	52,7	12,02	8,82	23,38	220,9
огурец соленый	10	3,8	0,08	0,01	0,14	1,3
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	1,77	2,2	0,4	19,8	92
		72,87	**15,7**	**13,12**	**65,17**	**448,2**

борщ со свежей капусты	200	11,9	1,28	3,89	6,85	73
жаркое	130	52,7	11,7	8,6	22,7	214,3
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	2,7	2,2	0,4	19,8	92
		70	**15,3**	**12,89**	**64,35**	**440,3**

борщ со свежей капусты	200	11,9	1,28	3,89	6,85	73
жаркое	130	52,7	12,02	8,82	23,38	220,9
огурец свежий	10	3,1	0,08	0,01	0,26	1,4
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	0,34	2,2	0,4	19,8	92
		70,74	**15,7**	**13,12**	**65,29**	**448,3**

Зав.производством

11 марта

ООО "Лаверна" телефон 89114277702

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



завтрак	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
запеканка твор,с соусом	130/20	53,2	15,2	13,55	30,68	306,54
чай с сахаром,лимоном	203	4,3	0,12		15	61
бутерброд с колбасой	15/30	15,37	2,4	3,87	27,83	156
		72,87	17,72	17,42	73,51	523,54

запеканка твор,с соусом	120/20	49,7	14,04	12,5	28,32	282,96
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
батон	30	3,6	3,7	0,6	29,3	139
		56	17,86	13,1	72,62	482,96

обед						
рассольник ленинградск	200	16,3	1,6	4,1	9,6	85,8
котлета мясная	40/30	35,7	6,72	8,48	8,89	134,9
греча отварная	100	13,4	5,53	5,97	24,9	175
огурец свежий	10	3,1	0,08	0,01	0,26	1,4
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	1,67	3,7	0,6	29,3	139
		72,87	17,75	19,16	87,95	597,1

рассольник ленинградск	200	16,3	1,6	4,1	9,6	85,8
котлета мясная	40/30	35,7	6,72	8,48	8,89	134,9
греча отварная	100	13,4	5,53	5,97	24,9	175
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	1,9	3,7	0,6	29,3	139
		70	17,67	19,15	87,69	595,7

рассольник ленинградск	200	16,3	1,6	4,1	9,6	85,8
котлета мясная	40/30	35,7	6,72	8,48	8,89	134,9
греча отварная	100	13,4	5,53	5,97	24,9	175
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	2,64	3,7	0,6	29,3	139
		70,74	17,67	19,15	87,69	595,7

зав производством

10 марта

ООО "Лаверна" телефон 89114277702

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



набор продуктов	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
сосиска отварная	70/50	49,2	8,47	24,34	3,28	266,85
рис отварной	140	16,7	3,3	6,8	34,38	211,73
огурец свежий	10	3,1	0,08	0,01	0,26	1,4
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	1,17	2,2	0,4	19,8	92
		72,87	14,17	31,55	72,72	632,98

сосиска отварная	50/50	36,1	5,97	17,1	2,01	186,23
рис отварной	125.	14,9	2,95	6,08	30,7	189,05
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	40	2,3	2,2	0,4	19,8	92
		56	11,24	23,58	67,51	528,28
Обед						
щи со свежей капусты	200	10,6	1,42	3,96	6,32	71,8
котлета рыбная	50/50	39	7,2	6,54	10,78	129,8
картофель отварной	100	16,5	2,04	3,2	13,63	91,5
чай с сахаром, лимоном	207	5	0,12		15	61
хлеб	35	1,77	3,7	0,6	29,3	139
		72,87	14,48	14,3	75,03	493,1

щи со свежей капусты	200	10,6	1,42	3,96	6,32	71,8
котлета рыбная	50/50	39	7,2	6,54	10,78	129,8
картофель отварной	100	16,5	2,04	3,2	13,63	91,5
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	35	1,2	3,7	0,6	29,3	139
		70	14,48	14,3	75,03	493,1

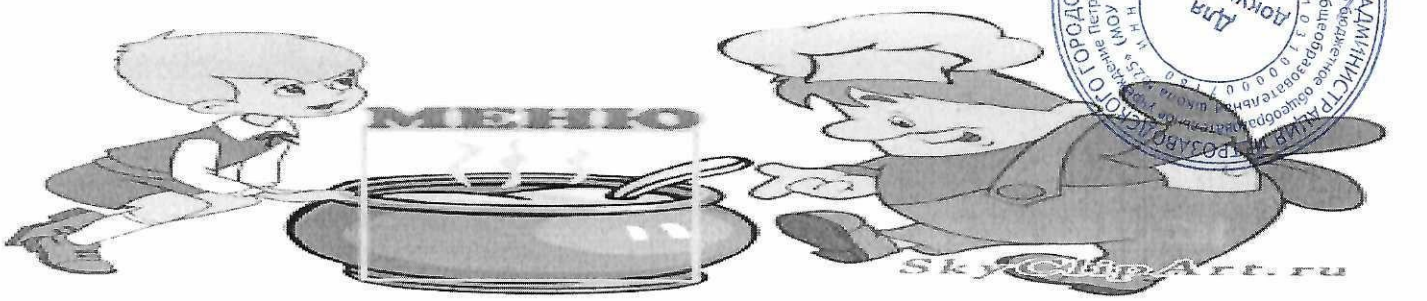
щи со свежей капусты	200	10,6	1,42	3,96	6,32	71,8
котлета рыбная	50/50	39	7,2	6,54	10,78	129,8
картофель отварной	100	16,5	2,04	3,2	13,63	91,5
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
хлеб	35	1,94	3,7	0,6	29,3	139
		70,74	14,48	14,3	75,03	493,1

Зав.производством

9 марта

ООО "Лаверна" телефон 89114277702

СОГЛАСОВАНО
Директор школы



завтрак	выход	цена	белки	жиры	углеводы	эн.ценн
каша молочная	210	33,1	6	10,85	42,95	294
кофейный напиток	200	18,8	3,6	2,7	29,2	155,2
бутерброд с сыром	15/30	20,97	5,8	8,3	14,8	157
		72,87	15,4	21,85	86,95	606,2

каша молочная	210	33,1	6	10,85	42,95	294
кофейный напиток	200	18,8	3,6	2,7	29,2	155,2
булочка	30.	4,1	2,2	0,4	19,8	92
		56	11,8	13,95	91,95	541,2

Обед

суп картоф с горохом	200	11,5	4,4	4,2	13,2	118,8
курица отварная	70/50	41,3	18,8	20,75	0,38	262,4
макароны отварные	150	11,9	5,45	5,79	30,45	195,75
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
огурец свежий	10	3,1	0,08	0,01	0,26	1,4
хлеб	40	2,37	2,2	0,4	19,8	92
		72,87	31,05	31,15	79,09	731,35
суп картоф с горохом	200	11,5	4,4	4,2	13,2	118,8
курица отварная	70/50	41,3	18,8	20,75	0,38	262,4
макароны отварные	150	11,9	5,45	5,79	30,45	195,75
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
огурец свежий	10	3,1	0,08	0,01	0,26	1,4
хлеб	40	0,24	2,2	0,4	19,8	92
		70,74	31,05	31,15	79,09	731,35

суп картоф с горохом	200	11,5	4,4	4,2	13,2	118,8
курица отварная	70/50	41,3	18,8	20,75	0,38	262,4
макароны отварные	130	10,3	4,7	5	26,4	169,7
чай с сахаром	200	2,7	0,12		15	61
огурец свежий	10	3,1	0,08	0,01	0,26	1,4
хлеб	40	1,1	2,2	0,4	19,8	92
		70	30,3	30,36	75,04	705,3

зав производством