

корпус № 1

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 12 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Каша вязк молочн из овсяной крупы с сахаром	292,00	<b>1/210</b>
2 Сыр порциями	54,00	<b>1/15</b>
3 Какао с молоком сгущенным	138,40	<b>1/200</b>
4 Батон	75,00	<b>1/30</b>
5 Яблоко свежее	47,00	<b>1/100</b>
6 Ацидофилин	74,00	<b>1/200</b>
	<b>680,40</b>	<b>0,755кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Суп картофельный с рыбными фрикад	106,00	<b>1/250</b>
2 Макароны изделия отварные с маслом	246,60	<b>1/180/9</b>
3 Зразы рубленые из свинины/соус	305,71	<b>1/100/43</b>
4 Салат из свеклы с солёными огурцами	85,00	<b>1/100</b>
5 Сок	84,80	<b>1/200</b>
6 Хлеб пшеничный	70,14	<b>1/30</b>
7 Хлеб ржаной	57,00	<b>1/30</b>
	<b>955,25</b>	<b>0,942кг</b>

Зав столовой:

*Чернова Т.В.*

корпус № 2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 12 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Каша вязкая молоч из оvs хлопьев Геркулес/сах	197,14	1/150
2 Сыр плавленый порциями	41,83	1/14,1
3 Какао с молоком сгущенным	138,40	1/200
4 Батон	75,00	1/30
5 Яблоко свежее	60,16	1/128
6 Ацидофилин	74,00	1/200
	<b>586,53</b>	<b>0,722кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Суп картофельный с рыбными фрикад	84,80	1/200
2 Макароны изделия отварные с маслом	205,50	1/150/7,5
3 Зразы рубленые из свинины/соус	305,71	1/100/43
4 Салат из свеклы с солёными огурцами	36,24	1/60
5 Сок	105,00	1/200
6 Хлеб пшеничный	46,76	1/20
7 Хлеб ржаной	38,00	1/20
	<b>822,61</b>	<b>0,800кг</b>

### СОКИ - МОЛОКО

	Ккал	Вес:
1 Молоко в инд/уп	107,00	1/200

Зав столовой:

Чернова Т.В.























корпус № 1

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 13 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Омлет натуральный	386,21	1/200
2 Кофейный напиток с молоком	89,32	1/200
3 Хлеб ржаной	38,00	1/20
4 Яблоки свежие	94,00	1/200
5 Ватрушка с творожным фаршем	101,00	1/36
	<b>708,53</b>	<b>0,656кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Огурцы консервированные порциями	19,00	1/100
2 Свекольник	104,16	1/250
3 Картофель отварной	243,28	1/200
4 Тефтели 1-й вар с молоком/соус т/смет	323,46	1/100/83
5 Компот из смеси сухофруктов	113,79	1/200
6 Хлеб пшеничный	70,14	1/30
7 Хлеб ржаной	114,00	2/30
	<b>987,83</b>	<b>1,023кг</b>

Зав столовой:

*Чернова Т.В.*

корпус № 2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 13 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Омлет с зелёным горошком	173,46	1/150
2 Кофейный напиток с молоком	118,69	1/200
3 Икра кабачковая порциями	85,40	1/70
4 Хлеб пшеничный	116,90	2/25
5 Яблоки, фаршированные творогом	91,24	1/75
	<b>585,69</b>	<b>0,450кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Огурцы консервированные порциями	12,92	1/68
2 Свекольник	83,33	1/200
3 Картофель отварной	182,46	1/150
4 Тефтели 1-й вар с молоком/соус т/смет	258,77	1/80/66,6
5 Компот из сухофруктов	113,79	1/200
6 Хлеб пшеничный	81,83	1/35
7 Хлеб ржаной	95,00	2/25
	<b>828,10</b>	<b>0,849кг</b>

### СОКИ - МОЛОКО

	Ккал	Вес:
1 Молоко в инд/уп	107,00	1/200

Зав столовой:

Чернова Т.В.























корпус № 1

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 31 марта 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Капуста тушеная	156,89	1/180
2 Сосиски отварные	256,74	1/93,3/6,7
3 Чай с лимоном	61,62	1/200
4 Хлеб пшеничный	140,28	2/30
5 Груша свежая порциями	94,00	1/200
	<b>709,53</b>	<b>0,740кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат картофельный с морковью и зел горошком	112,70	1/100
2 Суп картофельный с бобовыми	98,79	1/250
3 Каша гречневая рассыпчатая	316,57	1/180
4 Шницель из птицы припущенн/соус том	265,84	100/43
5 Напиток из шиповника	46,87	1/200
6 Хлеб ржаной	57,00	2/30
	<b>954,77</b>	<b>0,733</b>

Зав столовой:

*Чернова Т.В.*

корпус № 2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 31 марта 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Капуста тушеная	258,24	1/150
2 Сосиски отварные	142,40	1/72,7/7,3
3 Чай с лимоном	61,62	1/200
4 Хлеб пшеничный	51,44	1/22
5 Груша свежая	54,99	1/117
	<b>568,69</b>	<b>0,569кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат картофельный с морковью и зел горошком	78,89	1/70
2 Суп картофельный с бобовыми (горох)	79,03	1/200
3 Каша гречневая рассыпчатая	295,47	1/168
4 Шницель из птицы/соус томатный	212,67	1/80/34
5 Кисель из сока плодового	160,00	1/200
6 Хлеб ржаной	34,20	1/18
	<b>860,26</b>	<b>0,770кг</b>

### СОКИ - МОЛОКО

	Ккал	Вес:
1 Молоко в инд/уп	107,00	1/200

Зав столовой:

Чернова Т.В.























корпус № 1

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 1 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Запеканка рисовая с творогом	327,15	1/200
2 Какао с молоком	153,92	1/200
3 Хлеб ржаной	55,10	1/29
4 Сыр порциями	75,53	1/22
5 Яблоки свежие порциями	47,00	1/100
	<b>658,70</b>	<b>0,551кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат из свеклы с зелёным горошком	72,90	1/100
2 Рассольник домашний	104,93	1/250
3 Картофельное пюре	213,94	1/200
4 Биточки припущенные (минтай)/соус	230,55	1/159
5 Сок	125,80	1/200
6 Хлеб ржаной	76,00	2/20
7 Хлеб пшеничный	116,90	2/25
	<b>941,02</b>	<b>0,799кг</b>

Зав столовой:

*Чернова Т.В.*

корпус № 2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 1 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Запеканка рисовая с творогом/соус	318,97	1/195
2 Какао с молоком	118,60	1/200
3 Хлеб пшеничный	37,41	1/16
4 Сыр порциями	41,20	1/12
5 Кефир	100,00	1/200
	<b>616,18</b>	<b>0,623кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат из свеклы с зелёным горошком	72,90	1/100
2 Рассольник домашний	91,60	1/200
3 Картофельное пюре	160,46	1/150
4 Биточки припущенные (минтай)/соус	174,00	1/120
5 Компот из крыжовника или кр смор	74,17	1/200
6 Хлеб ржаной	95,00	2/25
7 Хлеб пшеничный	116,90	2/25
	<b>785,03</b>	<b>0,870кг</b>

### СОКИ - МОЛОКО

	Ккал	Вес:
1 Молоко в инд/уп	107,00	1/200

Зав столовой:

Чернова Т.В.

---





















корпус № 1

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 2 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Яйцо отварное	30,50	1/20
2 Каша вязкая молочная кукурузная с молоком	334,00	1/210
3 Чай с молоком	89,32	1/200
4 Кефир	100,00	1/200
5 Хлеб пшеничный	92,52	2/20
	<b>648,34</b>	<b>0,670кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат картофельный с огурцами	73,90	1/100
2 Суп картофельный с рыбой	116,24	1/250
3 Рулет из говядины паровой	177,81	1/100
4 Рис отварной	270,22	1/180
5 Кисель из сока плодового или ягодного	160,00	1/200
6 Хлеб пшеничный	93,52	2/20
7 Хлеб ржаной	38,00	1/20
	<b>970,19</b>	<b>0,890кг</b>

Зав столовой:

*Чернова Т.В.*

корпус № 2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 2 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Яйцо отварное	31,50	1/20
2 Каша вязкая молочная кукурузная с маслом	270,38	1/170
3 Чай с молоком	89,32	1/200
4 Батон	150,00	2/30
5 Яблоки свежие порциями	47,00	1/100
	<b>588,20</b>	<b>0,550кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат картофельный с огурцами солёными	68,64	1/60
2 Суп картофельный с рыбой	92,99	1/200
3 Рулет из говядины паровой	142,25	1/80
4 Рис отварной	225,18	1/150
5 Сок	84,80	1/200
6 Хлеб ржаной	182,40	4/24
	<b>796,26</b>	<b>0,786кг</b>

### СОКИ - МОЛОКО

	Ккал	Вес:
1 Молоко в инд/уп	107,00	1/200

Зав столовой:

Чернова Т.В.























корпус № 1

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 3 апреля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Макароны изделия отварные с овощами	352,60	1/250
2 Чай с сахаром	60,16	1/200
3 Яблоки фаршированные творогом	145,98	1/120
4 Огурцы солёные консервированные порциями	19,00	1/100
5 Хлеб ржаной	95,00	2/25
	<b>672,74</b>	<b>0,720кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат из свеклы отварной	111,36	1/120
2 Суп из овощей	115,24	1/250
3 Картофель отварной	210,00	1/200/10
4 Рыба, припущенная в молоке	145,59	1/150
5 Сок	142,40	1/200
6 Хлеб ржаной	114,00	3/29
7 Хлеб пшеничный	70,14	1/18,1
	<b>954,48</b>	<b>1,035кг</b>

Зав столовой:

*Чернова Т.В.*

корпус № 2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБОУ ЗАТО Видяево СОШ №1

 В.О.ИВАНОВ

## МЕНЮ НА 20 февраля 2021г.

### ЗАВТРАК

	Ккал	Вес:
1 Макароны изделия отварные с овощами	282,08	1/200
2 Чай с сахаром	60,16	1/200
3 Яблоки фаршированные творогом	145,98	1/120
4 Огурцы солёные консервированные порциями	11,40	1/60
5 Хлеб ржаной	47,50	1/25
	<b>547,12</b>	<b>0,605кг</b>

### О Б Е Д

	Ккал	Вес:
1 Салат из свеклы с чесноком	79,39	1/60
2 Суп из овощей	92,19	1/200
3 Картофель отварной	157,50	1/150/7,5
4 Рыба, припущенная в молоке	128,46	1/150
5 Сок	142,40	1/200
6 Хлеб ржаной	95,00	2/25
7 Хлеб пшеничный	58,45	1/25
	<b>753,39</b>	<b>0,819кг</b>

Зав столовой:

*Чернова Т.В.*









































































