



Согласовано  
Директор МБОУ "СУВУ №14"  
"Подросток"  
В.М.Максимова

Утверждаю  
Директор школьного питания  
ИП Асманкин О.В.  
А.Ф.Швецова

МЕНЮ на 17 января 2022 года

Питание детей ( с 12-18лет) (1 день)

| Наименование блюда              | Выход      | Б            | Ж            | У            | Энергетическая<br>ценность, Ккал | ВитаминС     |
|---------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|--------------|
| Фрикадельки из говядины в соусе | 100        | 10,26        | 9,93         | 6,84         | 157,58                           | 0,49         |
| Каша гречневая                  | 200        | 11,40        | 10,46        | 49,43        | 337,40                           | 0,00         |
| Хлеб пшеничный                  | 50         | 3,80         | 0,40         | 22,60        | 118,00                           | 0,00         |
| Напиток витамин-ый "Витошка"    | 200        | 0,00         | 0,00         | 19,00        | 80,00                            | 20,00        |
| <b>ИТОГО: 84,66 руб</b>         | <b>550</b> | <b>25,46</b> | <b>20,79</b> | <b>97,87</b> | <b>692,98</b>                    | <b>20,49</b> |

Шеф-повар

Т.С.Порбах



Утверждаю  
 Директор школьного питания  
 ИП Асманкин О.В.  
 А.Ф.Швецова

**МЕНЮ на 18 января 2022 года**

Питание детей ( с 12-18лет) (2 день)

| Наименование блюда        | Выход      | Б            | Ж            | У             | Энергетическая<br>ценность, Ккал | ВитаминС     |
|---------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|
| Кнели куриные с рисом     | 80/30      | 14,05        | 15,94        | 6,48          | 253,99                           | 0,80         |
| Пюре картофельное         | 180        | 3,78         | 7,27         | 27,95         | 192,56                           | 6,12         |
| Хлеб пшеничный            | 50         | 3,80         | 0,40         | 22,60         | 118,00                           | 0,00         |
| Компот из яблок с лимоном | 200        | 0,30         | 0,20         | 25,10         | 103,00                           | 3,30         |
| Фрукты свежие             | 150        | 0,75         | 0,00         | 40,50         | 165,00                           | 10,00        |
| <b>ИТОГО: 84,66 руб</b>   | <b>690</b> | <b>22,68</b> | <b>23,81</b> | <b>122,63</b> | <b>832,55</b>                    | <b>20,22</b> |

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Т.С.Рорбах



Согласовано  
Директор МБОУ "СУВУ №14  
"Подросток"  
В.М.Максимова

Утверждаю  
Директор школьного питания  
ИП Асманкин О.В.  
*А.Ф.Швецова* А.Ф.Швецова

**МЕНЮ на 19 января 2022 года**

Питание детей ( с 12-18лет) (3 день)

| Наименование блюда         | Выход      | Б            | Ж            | У            | Энергетическая<br>ценность, Ккал | ВитаминС    |
|----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-------------|
| Ёжики из говядины с соусом | 100        | 9,50         | 15,30        | 11,40        | 221,00                           | 0,80        |
| Макаронные изделия         | 200        | 7,05         | 0,90         | 38,71        | 193,20                           | 0,02        |
| Хлеб пшеничный             | 50         | 3,80         | 0,40         | 22,60        | 118,00                           | 0,00        |
| Компот из с/ф              | 200        | 0,50         | 0,00         | 27,00        | 110,00                           | 0,50        |
| <b>ИТОГО: 84,66 руб</b>    | <b>560</b> | <b>20,85</b> | <b>16,60</b> | <b>99,71</b> | <b>642,20</b>                    | <b>1,32</b> |

Шеф-повар *Т.С.Рорбах* Т.С.Рорбах



Согласовано  
Директор МБОУ "СУВУ №14  
"Подросток"  
В.М.Максимова

Утверждаю  
Директор школьного питания  
ИП Асманкин О.В.  
А.Ф.Швецова

**МЕНЮ на 20 января 2022 года**

Питание детей ( с 12-18лет) (4 день)

| Наименование блюда      | Выход      | Б            | Ж            | У            | Энергетическая<br>ценность, Ккал | ВитаминС    |
|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-------------|
| Шницель из говядины     | 90         | 13,35        | 13,12        | 10,75        | 214,50                           | 0,00        |
| Рис отварной            | 180        | 4,42         | 7,28         | 40,57        | 245,52                           | 0,00        |
| Соус красный основной   | 30         | 0,44         | 0,73         | 2,79         | 19,41                            | 0,81        |
| Хлеб пшеничный          | 50         | 3,80         | 0,40         | 22,60        | 118,00                           | 0,00        |
| Компот из изюма         | 200        | 0,30         | 0,00         | 20,10        | 81,00                            | 0,80        |
| <b>ИТОГО: 84,66 руб</b> | <b>550</b> | <b>22,31</b> | <b>21,53</b> | <b>96,81</b> | <b>678,43</b>                    | <b>1,61</b> |

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Т.С.Порбах



Согласовано  
Директор МБОУ "СУВУ №14  
"Подросток"

В.М.Максимова

Утверждаю  
Директор школьного питания

ИП Асманкин О.В.

А.Ф.Швецова

**МЕНЮ на 21 января 2022 года**

Питание детей ( с 12-18лет) (5 день)

| Наименование блюда           | Выход      | Б            | Ж            | У             | Энергетическая<br>ценность, Ккал | ВитаминС     |
|------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|
| Биточек куриный              | 90         | 11,25        | 7,96         | 6,90          | 145,20                           | 0,75         |
| Овощное рагу                 | 200        | 4,20         | 10,60        | 17,00         | 150,00                           | 13,48        |
| Хлеб пшеничный               | 50         | 3,80         | 0,40         | 22,60         | 118,00                           | 0,00         |
| Напиток витамин-ый "Витошка" | 200        | 0,00         | 0,00         | 19,00         | 80,00                            | 20,00        |
| Фрукты свежие                | 150        | 0,75         | 0,00         | 40,50         | 165,00                           | 10,00        |
| <b>ИТОГО: 84,66 руб</b>      | <b>690</b> | <b>20,00</b> | <b>18,96</b> | <b>106,00</b> | <b>658,20</b>                    | <b>44,23</b> |

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Т.С.Рорбах