**12- дневное ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ КОМПЛЕКС НА 60 РУБЛЕЙ**

Согласовано: Утверждено:

Директор МАОУ СОШ № 74 Директор ООО «Стрелец»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ПОНЕДЕЛЬНИК** |  |  |  |  |  |
| промыш | Зеленый горошек | 25 | 0,75 | 0,1 | 1,75 | 12,5 |
| 469/04 | Фрикадельки в соусе | 55/30 | 6,17 | 8,88 | 9,75 | 144,9 |
| 94/08 | Рис припущенный | 150 | 3,45 | 5,55 | 35,1 | 225 |
| 146/08 | Чай с сахаром с лимоном | 200/15/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60,0 |
| Промыш | Хлеб | 50 | 3,75 | 0,5 | 24,0 | 115 |
|  | **ИТОГО** |  |  |  |  | **557,4** |
|  | **ВТОРНИК** |  |  |  |  |  |
| ттк | Гуляш из филе куриного | 50/50 | 14,70 | 5,80 | 4,30 | 129 |
| 97/08 | Макароны отварные | 150 | 5,25 | 6.15 | 35,25 | 220,5 |
| 154/08 | Компот из изюма | 200 | 0,40 | 0,00 | 27,40 | 106 |
| промыш | Хлеб | 50 | 4,12 | 0,55 | 26,40 | 126,5 |
|  | **ИТОГО** |  |  |  |  | **582,0** |
|  | **СРЕДА** |  |  |  |  |  |
| промыш | Помидор свежий | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,2 |
| 75/08 | Котлета « Детская» | 50 | 7,15 | 5,25 | 6,55 | 98,8 |
| 464/94 | Каша пшенная вязкая | 150 | 4,20 | 6,75 | 24,00 | 175,5 |
| 141/08 | Соус томатный | 30 | 0,78 | 2,88 | 2,82 | 42 |
| ттк | Напиток из вишни | 200 | 0,4 | 0,08 | 25,9 | 92,0 |
| промыш | Хлеб | 55 | 3,75 | 0,50 | 24,00 | 115,0 |
|  | **ИТОГО** |  |  |  |  | **530,5** |
|  | **ЧЕТВЕРГ** |  |  |  |  |  |
| 81/08 | Фрикадельки « Петушок» | 60 | 8,6 | 10,3 | 5,7 | 148,38 |
| 541/04 | Рагу овощное | 150 | 3,5 | 7,7 | 16,1 | 145,5 |
| 633/04 | Компот из фруктов | 200 | 0,4 | 0,08 | 25,9 | 90,4 |
| промыш | Хлеб | 45 | 3,4 | 0,45 | 21,6 | 103,5 |
|  | **ИТОГО** |  |  |  |  | **487,8** |
|  | **ПЯТНИЦА** |  |  |  |  |  |
| 416/94 | Шницель рубленный | 60 | 9,52 | 8,64 | 9,6 | 155,2 |
| 463/94 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279 |
| 141/08 | Соус томатный | 30 | 0,78 | 2,88 | 2,82 | 42 |
| 148/08 | Чай с сахаром с лимоном | 200/15/7 | 7,2 | 0,33 | 0,06 | 60,0 |
| промыш | Хлеб | 45 | 3,38 | 0,45 | 21,6 | 103,5 |
|  | **ИТОГО** |  |  |  |  | **639,7** |
|  | **СУББОТА** |  |  |  |  |  |
| промыш | Огурец свежий | 40 |  |  |  |  |
| 469/04 | Фрикадельки в соусе | 55/30 | 6,17 | 8,88 | 9,75 | 144,9 |
| 97/08 | Макароны отварные | 150 | 5,25 | 6.15 | 35,25 | 220,5 |
| 141/08 | Соус томатный | 30 | 0,78 | 2,88 | 2,82 | 42 |
| 148/08 | Чай с сахаром с лимоном | 200/15/7 | 7,2 | 0,33 | 0,06 | 60,0 |
| прмыш | Хлеб | 30 | 2,25 | 0,3 | 14,4 | 69,0 |
|  | **ИТОГО** |  |  |  |  | **536,4** |

 Онищенко Н.Э. Богоявленская Н.С.