

Организация МУП «Школьный комбинат»  
 МЕНЮ для питания учащихся  
 МБОУ школа № \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

(подпись директора, ФИО)

Дата « 20 » сентября 2023 года

Школа \_\_\_\_\_

День 8-ой

Неделя вторая

Отд./корп \_\_\_\_\_

День \_\_\_\_\_

| Прием пищи                             | Раздел        | № рец.  | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|--|---------------|---------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак 1-4 классы                     | молочное блн  | 181     | Каша жидкая молочная из манной крупы | 210      | 18,93 | 291          | 6,11  | 10,72 | 32,38    |
|  | яичное блюдо  | 210     | Омлет натуральный с зеленым горошком | 106/40   | 47,06 | 83,28        | 5,39  | 9,6   | 1,02     |
|  | хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                       | 40       | 2,35  | 67,8         | 2,28  | 0,27  | 14,9     |
|  | хлеб черный   | ПР      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20       | 1,14  | 50,6         | 1,27  | 0,13  | 11       |
|  | гор. напиток  | 376     | Чай с сахаром                        | 200/15   | 1,98  | 56           | 0,2   | 0,02  | 13,6     |
|  |               |         | ИТОГО:                               | 606      | 71,46 | 598          | 18,91 | 28,64 | 157,54   |
| Завтрак 5-11 классы льготной категории | молочное блн  | 181     | Каша жидкая молочная из манной крупы | 210      | 18,93 | 291          | 6,11  | 10,72 | 32,38    |
|  | яичное блюдо  | 210     | Омлет натуральный с зеленым горошком | 106/20   | 36,19 | 83,28        | 5,39  | 9,6   | 1,02     |
|  | хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                       | 30       | 1,76  | 67,8         | 2,28  | 0,27  | 14,9     |
|  | хлеб черный   | ПР      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20       | 1,14  | 50,6         | 1,27  | 0,13  | 11       |
|  | гор. напиток  | 376     | Чай с сахаром                        | 200/15   | 1,98  | 56           | 0,2   | 0,02  | 13,6     |
|  |               |         | ИТОГО:                               | 500      | 60,00 | 598          | 18,91 | 28,64 | 157,54   |
| Обед 2 смена 1-4 классы                | овощи         | 71      | Овощи свежие                         | 60       | 4,73  | 55,68        | 0,84  | 3,6   | 4,95     |
|  | 1 блюдо       | 119     | Суп гороховый                        | 200      | 3,98  | 441          | 6,24  | 38,4  | 12,75    |
|  | горячее блюдо | 239/331 | Тефтели рыбные                       | 75/30    | 37,66 | 169,32       | 11,01 | 10,64 | 12,35    |
|  | гарнир        | 312     | Пюре картофельное                    | 150      | 13,65 | 137,25       | 3,06  | 4,8   | 20,44    |
|  | хлеб черн.    | ПР      | Хлеб рж.-пшеничный                   | 30       | 1,70  | 64,4         | 1,62  | 1,68  | 14       |
|  | хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                       | 50       | 2,94  | 143,1        | 4,24  | 1,33  | 28,1     |
|  | напиток       | 342     | Компот из свежих плодов              | 200      | 6,80  | 114,6        | 0,16  | 0,2   | 27,88    |
|  |               |         | ИТОГО:                               | 790      | 71,46 | 1125,35      | 27,17 | 60,65 | 120,47   |

| Обед<br>льготные<br>категории                   | овощи         | 71  | Овощи свежие                            | 100      | 7,88  | 20      | 1,12  | 0     | 3,5    |
|---|---------------|-----|---|----------|-------|---------|-------|-------|--------|
| 1 блюдо   |               | 119 | Суп гороховый                           | 250      | 4,95  | 552,25  | 7,8   | 48    | 15,94  |
| горячее блюдо                                   |               | 289 | Рагу из птицы                           | 75/125   | 58,98 | 252,5   | 15,08 | 13,57 | 17,37  |
| хлеб белый                                      | ПР            |     | Хлеб пшеничный                          | 70       | 4,12  | 189     | 5,6   | 1,75  | 37,1   |
| хлеб черн.                                      | ПР            |     | Хлеб рж.-пшеничн.                       | 40       | 2,27  | 96,6    | 2,43  | 0,25  | 21     |
| напиток   | 342           |     | Компот из свежих яблок                  | 200      | 6,80  | 114,6   | 0,16  | 0,2   | 27,88  |
|   |               |     | ИТОГО ЗА ОБЕД:                          | 860      | 85,00 | 1224,95 | 32,19 | 63,77 | 122,79 |
| Полдник 1-4<br>классы                           | творож. Блюдо | 219 | Сырники из творога со сметаной          | 100/15   | 48,45 | 320     | 18,88 | 21,8  | 12,22  |
|   | гор. Напиток  | 377 | Чай с сахаром и лимоном                 | 200/15/7 | 4,40  | 62      | 0,13  | 0,02  | 15,2   |
|   |               |     | Сок фруктовый (в мелкоштучной упаковке) | 200      | 18,61 | 96      | 1     | 0     | 24     |
|   |               |     | ИТОГО:                                  | 515      | 71,46 | 478     | 20,01 | 21,82 | 51,42  |
| Полдник 5-11<br>классы<br>льготной<br>категории | творож. Блюдо | 219 | Сырники из творога со сметаной          | 90/10    | 39,41 | 320     | 18,88 | 21,8  | 12,22  |
|   | гор. Напиток  | 376 | Чай с сахаром                           | 200/15   | 1,98  | 60      | 0,07  | 0,02  | 15     |
|   |               |     | Сок фруктовый (в мелкоштучной упаковке) | 200      | 18,61 | 96      | 1     | 0     | 24     |
|   |               |     | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:                       | 500      | 60,00 | 476     | 19,95 | 21,82 | 51,22  |

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО