

Организация МУП «Школьный комбинат»
М Е Н Ю для питания учащихся
МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 15 » ноября 2023 года

Школа _____

День 8-ой Неделя вторая

Отд./корп _____

День _____

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	Молочное блюдо	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:	616	71,46	598	18,91	28,64	157,54
Завтрак 5-11 классов льготной категории	Молочное блюдо	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:	616	71,46	598	18,91	28,64	157,54
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	45	Салат из б/кочанной капусты	60	4,01	51,42	1,02	3	5,07
	1 блюдо	111	Суп с макаронными изделиями	200	2,99	94	1,91	4,06	10,4
	горячее блюдо	260	Гуляш	45/45	47,27	221	14,56	16,8	2,9
	гарнир	303	Каша вязкая пшенная	150	7,03	154,05	2,57	4,17	26,57
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	2,94	143,1	4,24	1,33	28,1
	хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	1,70	63,28	2,13	0,25	13,9
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,52	132,8	0,66	0,09	32,01
			ИТОГО:	780	71,46	859,65	27,09	29,7	118,95

Обед льготные категории	овощи	46	Салат из бочанной капусты с яблоками	100	7,85	20	1,12	0	3,5
1 блюдо		111	Суп с макаронными изделиями	250	3,73	117	2,39	5,07	13
горячее блюдо		260	Гуляш	50/50	68,35	221	14,56	16,8	2,9
гарнир		303	Каша вязкая пшенная	180	8,49	161,1	3,88	5,07	24,98
хлеб белый		ПР	Хлеб пшеничный	70	4,12	189	5,6	1,75	37,1
хлеб черный		ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	35	1,98	96,6	2,43	0,25	21
напиток		349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,52	132,8	0,66	0,09	32,01
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	940	100,04	937,5	30,64	29,03	134,49
Полдник 1-4 классы									
творож. Блюдо		219	Сырники из творога со сметаной	100/15	47,06	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	20,00	96	1	0	24
			ИТОГО:	515	71,46	478	20,01	21,82	51,42
Полдник 5-11 классы льготной категории									
творож. Блюдо		219	Сырники из творога со сметаной	100/15	47,06	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	20,00	96	1	0	24
			ИТОГО:	515	71,46	478	20,01	21,82	51,42

ФИО

ФИО

Зав. Производством

Мед.работник