

МУП «Школьный комбинат»  
МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа №

(подпись директора, ФИО)

День 3-й Неделя первая

Отд./корп

День	3
------	---

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	молочн. блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	18,93	251	6,11	10,72	32,38
	яичное блюдо	211	Омлет с сыром	85/5	43,14	139	7,17	11,77	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	37,2	2,19	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,14	64,5	2,04	0,36	13,92
	гор.напиток	378	Чай с молоком	150/50/15	6,06	81	1,52	1,35	15,9
			ИТОГО:	560	71,46	625,9	19,88	24,56	83,1
Завтрак льготные категории 5-11 классы	молочн. блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	18,93	251	6,11	10,72	32,38
	яичное блюдо	211	Омлет с сыром	85/5	43,14	139	7,17	11,77	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	37,2	2,19	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,14	64,5	2,04	0,36	13,92
	гор.напиток	378	Чай с молоком	150/50/15	6,06	81	1,52	1,35	15,9
			ИТОГО:	560	71,46	625,9	19,88	24,56	83,1
Обед смена 1-4 классы	овощи	45	Салат из белочан. Капусты	60	4,01	35,46	0,84	3,02	1,54
	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/30	35,46	85	1,76	2,22	12,31
	яичное блюдо	210	Омлет натуральный	106	21,52	224	10,78	19,2	2,04
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	22	1,29	143,1	4,24	1,33	28,1
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж-пшеничный	30	1,70	64,4	1,62	1,68	14
	напиток	348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	7,48	120,04	0,35	0,09	29,37
	Итого:		ИТОГО:	646	71,46	672,00	19,59	27,54	87,36

Обед льготные категории	овощи	45	Салат из белочан. Капусты	100	6,73	85,7	1,7	5	8,45
	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	39,20	106	4,39	2,78	15,39
	яичное блюдо	213	Омлет с жареным картофелем	170	40,24	387	12,74	28,82	18,92
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	40	2,27	96,6	2,43	0,25	21
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	4,12	189	5,6	1,75	37,1
	напиток	348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	7,48	120,04	0,35	0,09	29,37
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	870	100,04	984,34	27,21	38,69	130,23
Полдник льготные категории 1-4 классы	овощи	46	Салат из белочан. Капусты с яблоком	60	4,91	46,4	0,7	3	4,13
	горячее блюдо	291	Плов	50/100	56,48	224	13,91	13,42	27,34
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	39,3	2,31	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,70	64,5	2,04	0,36	13,92
	напиток	378	Чай с молоком	150/50/15	6,06	81	1,52	1,35	15,9
			ИТОГО:	479	71,46	506,3	21,21	18,49	81,17
Полдник льготные категории 5- 11 классы	овощи	46	Салат из белочан. Капусты с яблоком	60	4,91	46,4	0,7	3	4,13
	горячее блюдо	291	Плов	50/100	56,48	224	13,91	13,42	27,34
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	39,3	2,31	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,70	64,5	2,04	0,36	13,92
	напиток	378	Чай с молоком	150/50/15	6,06	81	1,52	1,35	15,9
			ИТОГО:	479	71,46	506,3	21,21	18,49	81,17

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО