

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

Утверждаю
(подпись директора, ФИО)
« 06 » марта 2024 года
Дата
Школа

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	18,33	251	6,11	10,72	32,38
	яичное блюдо	211	Омлет с сыром	85/5	45,44	139	7,17	11,77	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	55	3,40	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,24	64,5	2,04	0,36	13,92
	гор.напиток	378	Чай с молоком	150/50/15	5,30	81	1,52	1,35	15,9
			ИТОГО:	560	73,71	625,9	19,88	24,56	83,1
Завтрак льготные категории 5-11 классы	молочн. блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	18,33	251	6,11	10,72	32,38
	яичное блюдо	211	Омлет с сыром	85/5	45,44	139	7,17	11,77	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	18,5	1,15	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,24	64,5	2,04	0,36	13,92
	гор.напиток	378	Чай с молоком	150/50/15	5,30	81	1,52	1,35	15,9
			ИТОГО:	560	71,46	625,9	19,88	24,56	83,1
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	56	Салат овощной	60	4,85	35,46	0,84	3,02	1,54
	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/30	29,50	85	1,76	2,22	12,31
	яичное блюдо	210	Омлет натуральный	80	27,59	224	10,78	19,2	2,04
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	20	1,24	143,1	4,24	1,33	28,1
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж-пшеничный	22	1,37	64,4	1,62	1,68	14
	напиток	348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	9,16	120,04	0,35	0,09	29,37
	Итого:		ИТОГО:	646	73,71	672,00	19,59	27,54	87,36

Обед льготные категории	овощи	56	Салат овощной	100	7,95	85,7	1,7	5	8,45
	1 блюдо	104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	32,75	106	4,39	2,78	15,39
	яичное блюдо	213	Омлет с жареным картофелем	170	47,63	387	12,74	28,82	18,92
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	21	1,31	96,6	2,43	0,25	21
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	20	1,24	189	5,6	1,75	37,1
	напиток	348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	9,16	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	яичное блюдо	211	Омлет с сыром	55/5	31,69	139	7,17	11,77	1,02
		131/133	Горох овощной отварной/ кукуруза отварная	60	13,35	71	3,25	3,73	6,01
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	1,86	66,6	1,36	0,24	9,28
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,33	62	0,13	0,02	15,2
			Кондитерское изделие печенье	20	13,95	72	1,2	6,8	12,8
	фрукты	338	Яблоко	131	9,53	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	504	73,71	627,6	18,41	23,51	90,16
Полдник льготные категории 5- 11 классы	яичное блюдо	211	Омлет с сыром	55/5	31,69	139	7,17	11,77	1,02
		131/133	Горох овощной отварной/ кукуруза отварная	60	13,35	71	3,25	3,73	6,01
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	1,86	66,6	1,36	0,24	9,28
	напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,33	62	0,13	0,02	15,2
			Кондитерское изделие печенье	20	13,95	72	1,2	6,8	12,8
	фрукты	338	Яблоко	100	7,28	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	470	71,46	627,6	18,41	23,51	90,16

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО