

# МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа №

(подпись директора, ФИО)

День 4-ый

1

ОТД./корп

День

---

4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	творожное блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5%	150	52,83	277,5	19,29	13,12	20,71
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,01	60	0,07	0,02	15
		2	Бутерброд с джемом или повидлом 20/40	60	7,29	170,18	2,61	4,22	31,34
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	156	11,58	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	581	73,71	603,68	23,47	17,86	88,05
Завтрак льготные категории 5-11 классы	творожное блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5%	150	52,83	277,5	19,29	13,12	20,71
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,01	60	0,07	0,02	15
		ПР	Бутерброд с джемом или повидлом 20/40	60	7,29	170,18	2,61	4,22	31,34
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	126	9,33	47	0,4	0,4	9,8
			ИТОГО:	548	71,46	554,68	22,37	17,76	76,85
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	52	Салат из свеклы отварной	60	5,01	51,42	1,2	3	5,07
	1 блюдо	103	Суп картофельный макаронными изделиями	200	7,08	95	2,15	2,27	13,96
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные	90	30,62	209,45	10,63	12,65	13,96
	гарнир	303	Каша вязкая рисовая	150	8,59	154,05	2,57	4,17	26,57
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	1,92	64,4	1,62	1,68	14
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	2,56	143,1	4,24	1,33	28,1
	напиток	342	Сок фруктовый	180	10,50	84,2	1	0	20,2
	фрукты	338	Фрукты по сезону яблоко	100	7,43	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	860	73,71	897,62	24,91	25,6	142,86

Обед льготные категории	овощи	52	Салат из свеклы отварной	100	9,02	59,1	1,4	5,04	2,57
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными	250	8,83	118,2	2,68	5,83	17,45
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные с маслом	100/5	42,61	266,1	13,39	16,38	16,16
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	20,87	164,7	3,68	5,77	24,53
	хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	40	2,56	96,6	2,43	0,25	21
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	4,48	189	5,6	1,75	37,1
	напиток	389	Сок фруктовый	200	11,67	84,2	1	0	20,2
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	945	100,04	977,9	30,18	35,02	139,01
	творожное		Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5%						
	блюдо	223	120/30	150	57,98	277,5	19,29	13,12	20,71
Полдник льготные категории 1-4 классы	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,01	60	0,07	0,02	15
	хлеб белый	ПР	Батон нарезной	40	3,60	104,8	3	1,2	20,6
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	136	10,12	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	540	73,71	538,3	23,86	14,84	77,31
	творожное		Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5%						
Полдник льготные категории 5-11 классы	блюдо	223	120/30	150	57,98	277,5	19,29	13,12	20,71
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,01	60	0,07	0,02	15
	хлеб белый	ПР	Батон нарезной	40	3,60	104,8	3	1,2	20,6
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	106	7,87	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	506	71,46	538,3	23,86	14,84	77,31

Зав. Производством

/

ФИО

Мед.работник

/

ФИО