

Организация АО «Школьный комбинат»
МЕНЮ для питания учащихся
МБОУ Гимназия № 5

Утверждаю

(подпись директора, ФИО)

Дата « 12 » ноября 2024 года

Школа

День 7-ой Неделя вторая

Отд./корп

День

7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	овощи	70	Овощи солёные	60	11,59	23,94	0,63	0,1	5,1
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	31,35	319,3	11,8	14,6	25,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	35	2,24	82,04	3,04	0,36	17,2
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,92	62	0,13	0,02	15,2
	напиток	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	161	11,99	47	0,4	0,4	9,8
			Кондитерское изделие вафли	20	11,34	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	615,0	73,71	584,88	17,27	15,61	83,9
Завтрак 5-11 классы, льготной категории	овощи	70	Овощи солёные	60	11,59	23,94	0,63	0,1	5,1
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	31,35	319,3	11,8	14,6	25,6
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	41	2,63	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,20	150,6	5,06	0,6	33,1
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,92	62	0,13	0,02	15,2
	напиток	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	7,43	96	1,5	0,5	21
			Кондитерское изделие вафли	20	11,34	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	650	71,46	742,24	20,66	15,68	98,88
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	56	Салат овощной	60	7,57	55,68	0,84	3,6	4,95
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	200	6,69	119	4,4	4,22	13,23
	горячее блюдо	239/331	Тефтели рыбные	75/25	29,99	169,32	11,01	10,64	12,35
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	17,43	137,25	3,06	4,8	20,44
	хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	1,92	64,4	1,62	1,68	14
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	3,20	143,1	4,24	1,33	28,1
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	6,91	114,6	0,16	0,2	27,88
			ИТОГО:	790	73,71	803,35	25,33	26,47	120,95

Обед льготные категории	овощи	56	Салат овошной	100	8,19	20	1,12	0	3,5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	8,33	148,25	5,49	5,27	16,53
	горячее блюдо	270	Котлеты Московские	100	51,90	293,47	12,15	28,19	9,15
	гарнир	312	Пюре картофельное	180	20,87	164,7	3,68	5,77	24,53
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	2,56	189	5,6	1,75	37,1
	хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	40	1,28	48,3	2,43	0,25	21
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	6,91	114,6	0,16	0,2	27,88
			ИТОГО ЗА ОБЕД:	940	100,04	978,32	30,63	41,43	139,69
	овощи	70	Овощи солёные	60	11,59	23,94	0,91	4,76	5,1
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	31,35	250,8	12,16	14,33	25,6
Полдник 1-4 классы	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	2,56	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,92	62	0,13	0,02	15,2
		338	Фрукты в ассортименте* яблоко	157	11,67	96	1,5	0,5	21
			Кондитерское изделие вафли	20	11,34	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	615,0	73,71	520,34	17,51	19,60	76,78
	овощи	70	Овощи солёные	60	11,59	23,94	0,91	4,76	5,1
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	31,35	319,3	11,8	14,6	34,5
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	41	2,63	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,20	150,6	1,27	0,13	11
Полдник 5-11 классы льготные категории	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,92	62	0,13	0,02	15,2
		338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	7,43	96	1,5	0,5	21
			Кондитерское изделие вафли	20	11,34	72	1,2	6,8	12,8
			ИТОГО:	650	71,46	588,84	17,15	19,87	85,68
	овощи	70	Овощи солёные	60	11,59	23,94	0,91	4,76	5,1
	горячее блюдо	204	Макаронные изделия отварные с сыром	150/30	31,35	319,3	11,8	14,6	34,5
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	41	2,63	90,4	3,04	0,36	19,88
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,20	150,6	1,27	0,13	11
	гор. Напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,92	62	0,13	0,02	15,2
		338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	7,43	96	1,5	0,5	21

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО