

Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп



Рацион: ШК 12 лет

Утверждаю:

мп

Директор ООО ПТО "Байкал-сервис" Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 15.11.24.

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
493,03	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/10	4,86	11,11	26,35	215
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 500			8,90	12,00	91,07	494,60
Обед						
21	Салат витаминный	80	1,3	3,6	8,9	72
65,08	Суп с гречневой крупой	200	2,02	2,45	12,3	79,5
131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,65	27,28	266,18
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 730			24,13	23,40	107,78	682,68
Итого за день			33,03	35,4	198,85	1177,28

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
493,21	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	245
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550			10,55	12,26	99,83	524,60
Обед						
21\1	Салат витаминный	100	1,6	4,6	11,1	90
65,11	Суп с гречневой крупой	250	2,53	3,06	15,37	99,38
131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	18,5	30,3	296
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	120
Итого за Обед суммарная масса порции: 830			27,43	26,96	120,67	804,38
Итого за день			37,98	39,22	220,5	1328,98