

Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

Утверждаю:

мп

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 20.09.24



Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: пятница

Неделя: 1

1	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
2	3	4	5	6	7	
Завтрак						
195	Каша пшеничная молочная жидкая	180/5	6,5	7,3	31,9	213
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак ШК суммарная масса порции: 555			14,33	10,96	81,98	478,90
Обед						
67,32	Свекольник со сметаной	200/10	1,6	4,08	10,96	86,4
506,26	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	8,66	12,10	8,33	177,10
497,02	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 715			24,16	22,77	100,61	702,74
Итого за день			38,49	33,73	182,59	1181,64

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
195/1	Каша пшеничная молочная жидкая	250/7	9,1	10,1	44,66	296
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак ШК суммарная масса порции: 627			16,93	13,76	97,44	573,90
Обед						
67,08	Свекольник со сметаной	250/5	1,88	4,22	13,54	99
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,85	7,18	49,00	303,55
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 800			26,35	24,22	111,88	769,47
Итого за день			43,28	37,98	209,32	1343,37