

Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

Ш. Мухамедович А.



Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 13.11.2023

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 7-11 лет

День: понедельник

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						
гтк211,08	Макарон. издел. отв. с томат. соусом	150/5/30	6,15	4,83	38,8	214,7
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
86,12	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 625			12,18	7,99	85,48	459,6
Обед						
58	Суп картофельный	250	2,4	2,5	18,1	107
445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	208
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 750			21,30	21,52	128,62	766,58
Итого за день			33,48	29,51	214,1	1226,18

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 12 лет и старше

День: понедельник

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						
гтк211,07	Макарон. издел. отв. с томат. соусом	180/10/30	6,15	4,83	38,8	285,1
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
86,12	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 660			12,18	7,99	85,48	530
Обед						
58	Суп картофельный	250	2,4	2,5	18,1	107
445,36	Котлеты мясные с томат соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
611,02	Рис припущенный	180	4,55	7,88	46,75	250
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 800			22,96	23,07	142,44	838,13
Итого за день			35,14	31,06	227,92	1368,13