

Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

Школа - Детский сад  
Муниципальное учреждение

Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

## Ежедневное меню

Дата

15/01/2024

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 7-11 лет

День: понедельник

Неделя: 2

| №<br>реп.                                    | Прием пищи, наименование блюда       | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая |
|----------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|
|                                              |                                      |                 | Б                    | Ж     | У      |                     |
| 1                                            | 2                                    | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                   |
| <b>Завтрак</b>                               |                                      |                 |                      |       |        |                     |
| 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               |
| <b>Обед</b>                                  |                                      |                 |                      |       |        |                     |
| 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

| №<br>реп.                                    | Прием пищи, наименование блюда       | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая |
|----------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|
|                                              |                                      |                 | Б                    | Ж     | У      |                     |
| 1                                            | 2                                    | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                   |
| <b>Завтрак</b>                               |                                      |                 |                      |       |        |                     |
| 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                 |
| <b>Обед</b>                                  |                                      |                 |                      |       |        |                     |
| 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             |