



Согласовано:  
Директор МОБУ СОШ мп



Утверждаю:

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

## Ежедневное меню

Дата 09.02.2024

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд  
Рацион: Ш 7-11 лет  
День: пятница  
Неделя: 1

| №<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>                                  |                                       |                 |                      |       |        |                     |
| 181,39                                          | Каша рисовая молочная вязкая с        | 150/10          | 4,6                  | 9,96  | 32,25  | 214,4               |
| 293                                             | Компот из смеси сухофруктов           | 200             | 0,44                 | 0,09  | 32,92  | 128,6               |
| 476,01                                          | Кисломолочный продукт для детского    | 100             | 3                    | 2,5   | 12,6   | 84                  |
| 420,02                                          | Хлеб пшеничный обогащ. витамин для    | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                 |
| Итого за Завтрак ШК суммарная масса порции: 500 |                                       |                 | 11,24                | 12,95 | 99,77  | 531,00              |
| <b>Обед</b>                                     |                                       |                 |                      |       |        |                     |
| 17,1                                            | Салат из моркови                      | 60              | 0,6                  | 2,7   | 8,7    | 60                  |
| 56,64                                           | Борщ с капустой и картофель со сметан | 200/5           | 1,55                 | 4,47  | 8,02   | 75,64               |
| 506,26                                          | Тефтели из говядины с томатным        | 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 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: 770       |                                       |                 | 24,71                | 25,86 | 106,37 | 751,98              |
| Итого за день                                   |                                       |                 | 35,95                | 38,81 | 206,14 | 1282,98             |

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд  
Рацион: Ш 12 лет и старше  
День: пятница  
Неделя: 1

| №<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>                                  |                                       |                 |                      |       |        |                     |
| 430,37                                          | Каша рисовая молочная вязкая с        | 200/10          | 6                    | 11,6  | 43     | 265                 |
| 293                                             | Компот из смеси сухофруктов           | 200             | 0,44                 | 0,09  | 32,92  | 128,6               |
| 476,01                                          | Кисломолочный продукт для детского    | 100             | 3                    | 2,5   | 12,6   | 84                  |
| 420,02                                          | Хлеб пшеничный обогащ. витамин для    | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                 |
| Итого за Завтрак ШК суммарная масса порции: 550 |                                       |                 | 12,64                | 14,59 | 110,52 | 581,60              |
| <b>Обед</b>                                     |                                       |                 |                      |       |        |                     |
| 17\4                                            | Салат из моркови                      | 100             | 1,1                  | 4,5   | 14,5   | 100                 |
| 56,13                                           | Борщ с капустой и картофель со сметан | 250/10          | 2,03                 | 5,67  | 10,18  | 100,62              |
| 506,25                                          | Тефтели из говядины с томат соусом    | 60/40           | 8,76                 | 12,21 | 8,85   | 180,64              |
| 497,03                                          | Каша гречневая рассыпч 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 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: 905       |                                       |                 | 27,60                | 30,17 | 123,02 | 871,09              |
| Итого за день                                   |                                       |                 | 40,24                | 44,76 | 233,54 | 1452,69             |