



Согласовано
Директор МОБУ СОШ

мп

Мухометшина А.Р.



мп

Утверждаю:

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

Ежедневное меню

Дата

18.10.23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: среда

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ттк 66,64	Суп-лапша(вермишель) с мясом птицы(филе)	250/20	11,37	12,52	15,68	148
1,3	Бутерброд с маслом и сыром	30\5\10	5,07	6,59	16,57	146,05
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 545			18,84	19,41	69,55	455,05
Обед						
33	Салат "Пестрый"	80	0,8	4	8,3	72
129,14	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11
684	Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)	150	9,62	11,75	17,58	190
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 780			25,29	21,42	114,25	724,01
Итого за день			44,13	40,83	183,8	1179,06

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: среда

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ттк 66,65	Суп-лапша(вермишель) с мясом птицы(филе)	250/30	15,67	16,14	15,71	170
1,3	Бутерброд с маслом и сыром	30\5\10	5,07	6,59	16,57	146,05
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 565			23,94	23,13	74,18	499,05
Обед						
33/1	Салат "Пестрый"	100	1	5	10,4	90
129,14	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11
684/1	Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)	200	12,82	15,66	23,44	253
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 840			27,89	26,23	116,71	779,01
			51,83	49,36	190,89	1278,06