



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

мп

Согласовано:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 16/11-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш-7-11 лет

День: четверг

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
446,00	Котлеты курин. с томатн соусом	50/40	9,50	12,32	8,00	172,60
211,06	Макаронные изд отварн с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
1,1	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 510			18,9	17,1	78,7	535,6
Обед						
17\2	Морковь свежая порционная	60	0,72	0,06	3,8	18,48
67,32	Свекольник со сметаной	200/10	2,25	4,93	14,74	112,75
80,55	Рыба, тушен с овощ.(филе минтая)	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21	148,55
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	68
420,06	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 805			24,25	17,94	106,77	673,91
Итого за день			43,12	35	185,45	1209,5

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 12 лет и старше

День: четверг

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
446,10	Котлеты курин. с томатн соусом	50/50	9,60	12,78	8,63	179,93
211,06	Макаронные изд отварн с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
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 Завтрак суммарная масса порции: 550			21,4	17,8	93,1	608,9
Обед						
17\6	Морковь свежая порционная	100	1,2	0,1	6,3	30,8
67,08	Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	128,71
80,62	Рыба, тушен с овощ.(филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	68
420,06	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	40	3,2	0,4	18,4	120
Итого за Обед суммарная масса порции: 930			27,06	19,09	117,15	769,15
Итого за день			48,43	36,91	210,26	1378,07