



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

М.М. Мухоморова



Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 14/03-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: вторник

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						
233,23	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	208,02
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21	134,68
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 505			29,84	23,54	87,63	615,30
Обед						
66,63	Суп-лапша (вермишель)	200	2,22	4,23	12,49	120,9
445,38	Котлеты мясные с молочным соусом	60/30	10,14	12,87	8,62	167,87
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 705			22,98	22,01	111,99	738,27
Итого за день			52,82	45,55	199,62	1353,57

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: вторник

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						
233,24	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	50/50	22,03	19,98	3,25	232,95
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	26	171,65
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 555			33,78	25,88	97,73	677,20
Обед						
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
445,39	Котлеты мясные с молочным соусом	60/40	13,52	17,16	11,5	223,8
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 800			28,06	27,49	125,39	830,14
Итого за день			61,84	53,37	223,12	1507,34