



Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



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

Ежедневное меню

Дата 07/04-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: пятница

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						
470,47	Каша пшенная молочная	180/10	7,76	11,5	38,61	289,8
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Бутерброд с маслом	30\5	2,44	3,93	16,57	111,05
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 525			13,84	18,72	92,6	591,45
Обед						
56,64	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,55	4,47	8,02	75,64
233,23	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	208,02
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	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: 710			32,06	27,38	88,52	680,44
Итого за день			45,9	46,1	181,12	1271,89

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: пятница

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						
470,48	Каша пшенная молочная вязкая с маслом	200/10	8,62	12,8	42,9	322
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Бутерброд с маслом	30\10	2,48	7,55	16,63	144,1
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550			14,74	23,64	96,95	656,7
Обед						
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,18	100,62
233,24	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	50/50	22,03	19,98	3,25	232,95
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	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: 810			35,89	30,70	98,40	765,84
Итого за день			50,63	54,34	195,35	1422,54