

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп

мп

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

Ежедневное меню

Дата 10.12.24

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

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						
80,55	Рыба, тушеная с овощами(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
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 515			19,58	12,60	69,43	468,96
Обед						
ттк 66,64	Суп-лапша(вермишель) с мясом птицы(филе)	250/20	7,77	4,65	12,59	124,1
206/1	Плов с изюмом	180	4,14	16,11	46,44	348,3
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 720			17,51	21,46	104,81	682,30
Итого за день			37,09	34,06	174,24	1151,26

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 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						
80,62	Рыба, тушеная с овощами(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
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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 Завтрак суммарная масса порции: 555			21,55	13,60	73,92	503,92
Обед						
ттк 66,65	Суп-лапша(вермишель) с мясом птицы(филе)	250/30	15,67	16,14	15,71	170
206	Плов с изюмом	250	5,8	22,4	64,5	483
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 800			27,07	39,24	125,99	862,9
Итого за день			48,62	52,84	199,91	1366,82