



Согласовано:
Директор МОБУ СОШ _____ мп



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

Ежедневное меню

Дата 06/03-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: понедельник

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						
445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21	134,68
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 675			18,04	17,15	76,5	523,56
Обед						
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,65	37,28	359,21
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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: 710			24,38	22,74	117,69	771,56
Итого за день			42,42	39,89	194,19	1295,12

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: понедельник

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						
445,36	Котлеты мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	26	171,65
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 715			19,08	17,51	81,31	564,08
Обед						
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	18,5	41,42	365,67
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
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: 810			24,87	24,79	120,63	773,02
Итого за день			43,95	42,30	201,94	1337,10