



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

мп

Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата

12.12.24

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 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						
506,26	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	8,66	12,10	8,33	177,10
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 510			18,0	16,8	79,3	541,0
Обед						
56,64	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,36	4	9,28	77,6
80,55	Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13
497,02	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	68
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	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			25,31	17,87	106,76	676,69
Итого за день			43,34	34,71	186,05	1217,68

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 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						
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
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 Завтрак суммарная масса порции: 550			20,5	17,3	93,6	610,5
Обед						
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/10	250/10	1,7	5	11,6	97
80,62	Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,85	7,18	49,00	303,55
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	68
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 825			29,29	20,92	122,06	780,54
Итого за день			49,82	38,17	215,67	1391,07