



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 15/12-2023

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: Ш 7-11 лет

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
493,03	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/10	4,86	11,11	26,35	215
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 500			8,90	12,00	91,07	494,60
Обед						
25,23	Салат из свеклы с растит маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
65,08	Суп с гречневой крупой	200	2,02	2,45	12,3	79,5
131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,65	27,28	266,18
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 730			25,55	25,07	102,04	679,95
Итого за день			34,45	37,07	193,11	1174,55

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: Ш 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
493,21	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	6,51	11,37	35,11	245
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550			10,55	12,26	99,83	524,60
Обед						
25,27	Салат из свеклы с растит маслом	100	1,87	8,42	10,97	126,99
65,11	Суп с гречневой крупой	250	2,53	3,06	15,37	99,38
131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	18,5	30,3	296
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	40	3,2	0,4	18,4	120
Итого за Обед суммарная масса порции: 830			27,70	30,78	107,02	786,27
Итого за день			38,25	43,04	206,85	1310,87