



Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп

Михайлов А.Р.



Утверждаю:

мп

Директор ООО ПТО "Байкал-сервис"
Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 5/09-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: Вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
38\8	Пельмени отварные с соусом сметанный с томатом	180/30	18,5	19,1	36,2	378
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
86,12	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
1Д	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 640			21,96	19,61	83,09	590,28
Обед						
21	Салат витаминный	80	1,3	3,6	8,9	72
58	Суп картофельный	250	2,4	2,5	18,1	107
506,26	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	8,66	12,10	8,33	177,10
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	208
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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: 830			21,39	25,43	137,51	836,70
Итого за день			43,35	45,04	220,6	1426,98

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: шк 12 лет и старше

День: вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
38\81	Пельмени отв. с соусом сметанный с томатом	200/30	20,3	20,9	39,7	414
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
86,12	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 660			23,76	21,41	86,59	626,28
Обед						
21\1	Салат витаминный	100	1,6	4,6	11,1	90
58	Суп картофельный	250	2,4	2,5	18,1	107
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
611,02	Рис припущенный	180	4,55	7,88	46,75	250
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	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: 890			22,55	27,88	148,02	900,24
Итого за день			46,31	49,29	234,61	1526,52