

Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

Утверждаю:

мп

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

Ежедневное меню

Дата

17.01.2025



Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: пятница

Неделя: 1

№ ре.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
195	Каша пшеничная молочная жидкая	180/5	6,5	7,3	31,9	213
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак ШК			14,33	10,96	81,98	478,90
Обед						
67,32	Свекольник со сметаной	200/10	1,6	4,08	10,96	86,4
506,26	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	8,66	12,10	8,33	177,10
497,02	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
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 Обед			24,16	22,77	100,61	702,74
Итого за день			38,49	33,73	182,59	1181,64

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: 1

№ ре.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
195/1	Каша пшеничная молочная жидкая	250/7	9,1	10,1	44,66	296
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак ШК			16,93	13,76	97,44	573,90
Обед						
67,08	Свекольник со сметаной	250/5	1,88	4,22	13,54	99
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,85	7,18	49,00	303,55
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
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 Обед			26,35	24,22	111,88	769,47
Итого за день			43,28	37,98	209,32	1343,37