



Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп

А.П. Шификулина



Утверждаю:
Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"
Шификулина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 10/10-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: вторник

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
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21	148,55
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 Завтрак суммарная масса порции: 505			18,29	17,57	70,30	511,93
Обед						
516/1	Маринад овощной без томата	60	0,67	5,32	5,92	74,25
66,63	Суп-лапша (вермишель)	200	2,22	4,23	12,49	97,08
233,23	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	140
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	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: 760			31,75	34,77	123,52	791,93
Итого за день			50,04	52,34	193,82	1303,86

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: вторник

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
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 555			20,13	18,03	80,60	564,57
Обед						
516\3	Маринад овощной без томата	100	1,2	8,9	9,8	123
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
233,24	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	50/50	22,03	23,3	3,25	155,55
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	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			35,79	46,06	138,63	922,5
Итого за день			55,92	64,09	219,23	1487,07