



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ мп

Мухометшина А.Ф.



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

Ежедневное меню

Дата 25/10-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: среда

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						
ттк 129,16	Суп картофельный с горохом и гречками, с мясом птицы (филе)	250/20/20	13,45	4,7	31,6	225,3
289	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	98
1,1	Бутерброд с маслом	30\10	2,48	7,55	16,63	144,1
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 560			21,93	15,85	75,73	533,4
Обед						
21	Салат витаминный	80	1,3	3,6	8,9	72
53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,68	4,86	7,36	80,73
80,55	Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13
139,06	Картофель тушеный	150	3,35	9,27	24,63	196,26
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3	2,5	12,6	84
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			23,28	27,86	109,25	780,12
Итого за день			45,21	43,71	184,98	1313,52

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: среда

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						
ттк 129,17	Суп картофельный с горохом и гречками, с мясом	250/20/30	21,37	15,71	37,19	240
289	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	98
1,1	Бутерброд с маслом	30\10	2,48	7,55	16,63	144,1
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 570			29,85	26,86	81,32	548,1
Обед						
21\1	Салат витаминный	100	1,6	4,6	11,1	90
53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86
80,62	Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
139,07	Картофель тушеный	180	4,02	11,12	29,56	235,51
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3	2,5	12,6	84
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: 1000			25,63	32,30	118,34	865,36
Итого за день			55,48	59,16	199,66	1413,46