



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

мп

Утверждаю:

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

## Ежедневное меню

Дата 02.10.24

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 7-11 лет

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>рец.                                    | Прием пищи, наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая |
|----------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|
|                                              |                                    |                 | Б                    | Ж     | У      |                     |
| 1                                            | 2                                  | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                   |
| <b>Завтрак</b>                               |                                    |                 |                      |       |        |                     |
| 446,00                                       | Котлеты курин. с томатн соусом     | 50/40           | 9,50                 | 12,32 | 8,00   | 172,60              |
| 211,06                                       | Макаронные изд отварн с маслом     | 180/10          | 6,97                 | 4,44  | 44,48  | 245,99              |
| 282,11                                       | Чай витаминизированный             | 200             |                      |       | 9,7    | 39                  |
| 1,1                                          | Хлеб пшеничный обогащ. витамин для | 30              | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                  |
| Итого за Завтрак суммарная масса порции: 510 |                                    |                 | 18,9                 | 17,1  | 78,7   | 535,6               |
| <b>Обед</b>                                  |                                    |                 |                      |       |        |                     |
| 17\2                                         | Морковь свежая порционная          | 60              | 0,72                 | 0,06  | 3,8    | 18,48               |
| 67,32                                        | Свекольник со сметаной             | 200/10          | 2,25                 | 4,93  | 14,74  | 112,75              |
| 80,55                                        | Рыба, тушен с овощ.(филе минтая)   | 45/45           | 9,15                 | 7,03  | 1,96   | 108,13              |
| 302,00                                       | Каша гречневая вязкая с маслом     | 150/5           | 4,77                 | 4,86  | 21     | 148,55              |
| 294,01                                       | Компот из свежих плодов            | 200             | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 68                  |
| 420,06                                       | Хлеб пшеничный обогащ. витамин для | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                 |
| 421,11                                       | Хлеб ржано-пшеничный для детского  | 40              | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                  |
| Итого за Обед суммарная масса порции: 805    |                                    |                 | 24,25                | 17,94 | 106,77 | 673,91              |
| Итого за день                                |                                    |                 | 43,12                | 35    | 185,45 | 1209,5              |

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 12 лет и старше

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>рец.                                    | Прием пищи, наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая |
|----------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|
|                                              |                                    |                 | Б                    | Ж     | У      |                     |
| 1                                            | 2                                  | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                   |
| <b>Завтрак</b>                               |                                    |                 |                      |       |        |                     |
| 446,10                                       | Котлеты курин. с томатн соусом     | 50/50           | 9,60                 | 12,78 | 8,63   | 179,93              |
| 211,06                                       | Макаронные изд отварн с маслом     | 180/10          | 6,97                 | 4,44  | 44,48  | 245,99              |
| 282,11                                       | Чай витаминизированный             | 200             |                      |       | 9,7    | 39                  |
| 1,1                                          | Хлеб пшеничный обогащ. витамин для | 30              | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                  |
| 1,2                                          | Хлеб ржано-пшенич для дет. питан   | 30              | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                  |
| Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550 |                                    |                 | 21,4                 | 17,8  | 93,1   | 608,9               |
| <b>Обед</b>                                  |                                    |                 |                      |       |        |                     |
| 17\6                                         | Морковь свежая порционная          | 100             | 1,2                  | 0,1   | 6,3    | 30,8                |
| 67,08                                        | Свекольник со сметаной             | 250/5           | 2,61                 | 5,04  | 18,13  | 128,71              |
| 80,62                                        | Рыба, тушен с овощ.(филе минтая)   | 50/50           | 10,18                | 7,78  | 2,17   | 119,99              |
| 175,12                                       | Каша гречневая вязкая с маслом     | 180/5           | 5,71                 | 5,11  | 25,76  | 171,65              |
| 294,01                                       | Компот из свежих плодов            | 200             | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 68                  |
| 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   | 120                 |
| Итого за Обед суммарная масса порции: 930    |                                    |                 | 27,06                | 19,09 | 117,15 | 769,15              |
| Итого за день                                |                                    |                 | 48,43                | 36,91 | 210,26 | 1378,07             |