



Согласовано:
Директор МОБУ СОЦ ** мп

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

Ежедневное меню

Дата 26/10-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: четверг

Неделя: 2

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							
118,12	Рагу овощное с филе куриной грудки	200	17,11	9,43	13,72	216,40	
38/5	Пастила фруктовая	40	1		23,6	106	
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 Завтрак			суммарная масса порции:500	23,4	10,1	100,5	595,0
Обед							
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	
445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
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: 810	24,61	21,82	111,64	740,10
Итого за день				47,96	31,94	212,18	1335,1

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: четверг

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								
118,13	Рагу овощное с филе куриной грудки	250	21,4	11,78	17,15	270,5		
38/5	Пастила фруктовая	40	1		23,6	106		
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 Завтрак			суммарная масса порции:550		27,6	12,5	104,0	649,1
Обед								
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		
445,36	Котлеты мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53		
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99		
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9		
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: 905		25,55	22,08	118,06	771,93
Итого за день					53,19	34,55	222,03	1421,03