



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис" мп

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата 21/03-2025

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 7-11 лет

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с	150/10	4,6	9,96	32,25	214,4
294	Компот из кураги	200	1,3	0,1	32,4	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского	100	3	2,5	12,6	84
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак ШК суммарная масса порции: 500			12,10	12,96	99,25	532,40
Обед						
56,64	Борщ с капустой и картофель со сметан	200/5	1,55	4,47	8,02	75,64
506,26	Тефтели из говядины с томатным	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 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 Обед суммарная масса порции: 710			24,11	23,16	97,67	691,98
Итого за день			36,21	36,12	196,92	1224,38

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: Ш 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
430,37	Каша рисовая молочная вязкая с	200/10	6	11,6	43	265
294	Компот из кураги	200	1,3	0,1	32,4	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского	100	3	2,5	12,6	84
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак ШК суммарная масса порции: 550			13,50	14,60	110,00	583,00
Обед						
56,13	Борщ с капустой и картофель со сметан	250/10	2,03	5,67	10,18	100,62
506,25	Тефтели из говядины с томат соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
497,03	Каша гречневая рассыпч 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 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 Обед суммарная масса порции: 805			26,50	25,67	108,52	771,09
Итого за день			40	40,27	218,52	1354,09