



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

Директор МОБУ СОШ мп



Утверждаю:

мп

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата

13/10-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: пятница

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						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	214,4
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 530			12,43	13,62	82,05	479,40
Обед						
2,1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
65,08	Суп с гречневой крупой	200	2,02	2,45	12,3	79,5
97,64	Жаркое по-домашнему с говядиной	180	11,56	16	21,08	257,88
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	68
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 730			22,32	22,59	105,18	685,50
Итого за день			34,75	36,21	187,23	1164,9

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: пятница

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						
430,37	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/10	6	11,6	43	265
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 580			13,83	15,26	92,80	530,00
Обед						
2,11	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	2,3	5,13	11,68	103,53
65,11	Суп с гречневой крупой	250	2,53	3,06	15,37	99,38
97,65	Жаркое по-домашнему с говядиной	200	12,74	15,52	23,48	284,94
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	68
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 840			24,93	24,77	115,32	773,85
Итого за день			38,76	40,03	208,12	1303,85