Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп

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

Ежедневное меню

Дата 02.10.24

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: среда

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						
56,14	Борщ со сметаной, с мясом птицы(филе)	250/10/20	7,25	5,42	11,7	123,3
1,3	Бутерброд с маслом и сыром	30\5\10	5,07	6,59	16,57	146,05
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 565		15,52	12,41	70,17	452,35
Обед						
21	Салат витаминнный	80	1,3	3,6	8,9	72
129,14	Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	7,9	4,3	31,5	199
684	Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)	150	9,62	11,75	17,58	190
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Обед	суммарная масса порции: 770		24,42	20,35	103,76	670,90
Итого за день			39,94	32,76	173,93	1123,25

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: среда

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						
56,15	Борщ со сметаной, с мясом птицы(филе)	250/10/30	10,02	6,3	10,31	136,45
1,28	Бутерброд с маслом и сыром	30\10\10	5,11	10,21	16,63	179,1
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 580		18,33	16,91	68,84	498,55
Обед						
21\1	Салат витаминнный	100	1,6	4,6	11,1	90
129,14	Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	7,9	4,3	31,5	199
684/1	Жаркое по-домашнему из мяса птицы (филе)	200	12,82	15,66	23,44	253
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед	суммарная масса порции: 850		28,72	25,36	116,42	773,90
			47,05	42,27	185,26	1272,45