



Директор МОБУ СОШ МП

Вид: *Myriophyllum* H.

Утвержд  
Директор ООО  
меню

Утверждаю:

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

Дата 24/04-23.

**Рацион: 7-11 лет**

День: понедельник

Неделя: 2

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

**Рацион:** 12 лет и старше

**День:** понедельник

Неделя: 2

| №<br>реп.                                    | 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>                               |                                           |                 |                      |              |               |                     |
| 211,5                                        | Макаронные изделия отварные с тертым      | 200             | 11,78                | 15,72        | 41,27         | 354,97              |
| 285                                          | Чай с лимоном и сахаром                   | 200             | 0,06                 | 0,01         | 10,19         | 42,28               |
| 38,89                                        | Яблоко                                    | 120             | 0,48                 | 0,48         | 11,76         | 108                 |
| 1,1                                          | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами     | 30              | 2,4                  | 0,3          | 16,5          | 78                  |
| Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550 |                                           |                 | <b>14,72</b>         | <b>16,51</b> | <b>79,72</b>  | <b>583,25</b>       |
| <b>Обед</b>                                  |                                           |                 |                      |              |               |                     |
| 129,2                                        | Суп картофельный с горохом                | 250             | 5,91                 | 4,55         | 19,49         | 142,91              |
| 125/1                                        | Голень цыпленка в сметанно-томатном соусе | 100/30          | 25,3                 | 21,9         | 1,8           | 305                 |
| 611,02                                       | Рис припущенный                           | 180             | 4,55                 | 7,88         | 46,75         | 275,89              |
| 294,01                                       | Компот из свежих плодов                   | 200             | 0,16                 | 0,16         | 18,89         | 78,65               |
| 1,1                                          | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами     | 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:820     |                                           |                 | <b>40,72</b>         | <b>35,09</b> | <b>117,23</b> | <b>946,45</b>       |
| <b>Итого за день</b>                         |                                           |                 | <b>55,44</b>         | <b>51,60</b> | <b>196,95</b> | <b>1529,70</b>      |