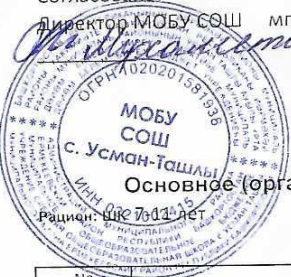


Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп



Рацион: ШК 7-11 лет

Утверждаю:

мп

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

## Ежедневное меню

Дата 24.01.2025

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: пятница

Неделя: 2

| №<br>рец.                                    | 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>                               |                                                            |                 |                      |       |        |                     |
| 493,03                                       | Каша молочная "Дружба" с маслом                            | 150/10          | 4,86                 | 11,11 | 26,35  | 215                 |
| 293                                          | Компот из смеси сухофруктов                                | 200             | 0,44                 | 0,09  | 32,92  | 128,6               |
| 38                                           | Яблоко                                                     | 100             | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                  |
| 420,02                                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                 |
| Итого за Завтрак суммарная масса порции: 500 |                                                            |                 | 8,90                 | 12,00 | 91,07  | 494,60              |
| <b>Обед</b>                                  |                                                            |                 |                      |       |        |                     |
| 21                                           | Салат витаминный                                           | 80              | 1,3                  | 3,6   | 8,9    | 72                  |
| 65,08                                        | Суп с гречневой крупой                                     | 200             | 2,02                 | 2,45  | 12,3   | 79,5                |
| 131,8                                        | Плов из мяса птицы (филе)                                  | 180             | 15,21                | 16,65 | 27,28  | 266,18              |
| 305,11                                       | Витаминизированный кисель                                  | 200             |                      |       | 23,5   | 95                  |
| 420,02                                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                 |
| 1,2                                          | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 30              | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                  |
| Итого за Обед суммарная масса порции: 730    |                                                            |                 | 24,13                | 23,40 | 107,78 | 682,68              |
| Итого за день                                |                                                            |                 | 33,03                | 35,4  | 198,85 | 1177,28             |

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: 2

| №<br>рец.                                    | 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>                               |                                                            |                 |                      |       |        |                     |
| 493,21                                       | Каша молочная "Дружба" с маслом                            | 200/10          | 6,51                 | 11,37 | 35,11  | 245                 |
| 293                                          | Компот из смеси сухофруктов                                | 200             | 0,44                 | 0,09  | 32,92  | 128,6               |
| 38                                           | Яблоко                                                     | 100             | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                  |
| 420,02                                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                 |
| Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550 |                                                            |                 | 10,55                | 12,26 | 99,83  | 524,60              |
| <b>Обед</b>                                  |                                                            |                 |                      |       |        |                     |
| 21\1                                         | Салат витаминный                                           | 100             | 1,6                  | 4,6   | 11,1   | 90                  |
| 65,11                                        | Суп с гречневой крупой                                     | 250             | 2,53                 | 3,06  | 15,37  | 99,38               |
| 131,81                                       | Плов из мяса птицы (филе)                                  | 200             | 16,9                 | 18,5  | 30,3   | 296                 |
| 305,11                                       | Витаминизированный кисель                                  | 200             |                      |       | 23,5   | 95                  |
| 420,02                                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                 |
| 421,11                                       | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 40              | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 120                 |
| Итого за Обед суммарная масса порции: 830    |                                                            |                 | 27,43                | 26,96 | 120,67 | 804,38              |
| Итого за день                                |                                                            |                 | 37,98                | 39,22 | 220,5  | 1328,98             |