



Согласовано:

Директор МОБУ СОШ мп

с. Улан-Телегин
А. Мухоморова

Утверждаю:

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

Ежедневное меню

Дата 14.02.2024

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 17-11 лет

День: среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
тк 129,1	Суп картоф. с горохом и гренк., с мясом	250/20/20	13,45	4,7	31,6	225,3
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Бутерброд с маслом	30\10	2,48	7,55	16,63	144,1
1,2	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 560			18,33	12,55	85,53	530,4
Обед						
21	Салат витаминный	80	1,3	3,6	8,9	72
53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,68	4,86	7,36	80,73
97,64	Жаркое по-домашнему с говядиной	180	11,56	16	21,08	257,88
289	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	98
420,02	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	40	3,2	0,4	22	104
1,2	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 740			23,74	28,46	86,84	678,61
Итого за день			42,07	41,01	172,37	1209,01

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
тк 129,1	Суп картоф. с горохом и гренк., с мясом	250/20/30	21,37	15,71	37,19	240
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Бутерброд с маслом	30\10	2,48	7,55	16,63	144,1
1,2	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 570			26,25	23,56	91,12	545,1
Обед						
21\1	Салат витаминный	100	1,6	4,6	11,1	90
53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86
97,65	Жаркое по-домашнему с говядиной	200	12,74	15,52	23,48	284,94
289	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	98
420,06	Хлеб пшеничный обогащ. витамин для	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшенич для дет. питан	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 850			27,17	30,02	103,29	787,80
Итого за день			53,42	53,58	194,41	1332,9