



Согласовано:

Директор МОБУ СОЦ

мп

Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"

Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата

16/10-23

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: понедельник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21	148,55
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 505			19,44	17,25	70,1	511,43
Обед						
17\7	Зеленый горошек отварные	60	1,77	0,12	3,3	22
66,63	Суп-лапша (вермишель)	200	2,22	4,23	12,49	97,08
80,55	Рыба, тушеная с овощами(филе минтая)	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 800			24,91	16,42	116,03	712,20
Итого за день			44,35	33,67	186,13	1223,63

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: понедельник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
445,36	Котлеты мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
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	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 555			21,28	17,71	80,41	564,08
Обед						
17\8	Зеленый горошек отварные	100	2,95	0,2	5,5	36,67
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
80,62	Рыба, тушеная с овощами(филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
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: 930			30,07	18,61	137,16	837,00
Итого за день			51,35	36,32	217,57	1401,08