

Утверждаю
Директор:

Насырова Г.М. 7-11 лет

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Школьное меню

День: понедельник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
259,00	Макароны отварные с сыром	160	9,60	8,00	28,24	224,00
283,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
607	Вафли	80	2,2	2,6	61,8	280
Итого за Завтрак		500	15,52	11,26	133,09	696,51
Обед						
64,00	суп из овощей	200	1,60	3,50	8,67	72,80
131,00	плов из курицы	200	27,82	22,22	25,38	470,05
17,00	салат из моркови	60	0,67	3,05	9,55	68,97
283,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед		720	33,77	29,39	86,61	804,33
Итого за день		1220	49,29	40,65	219,70	1500,84

Утверждаю

Директор:

Насырова Г.М.

12 лет и старше

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: Школьное меню

День: понедельник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
259,00	Макароны отварные с сыром	180	10,80	9,00	31,77	252,00
283,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
607	Вафли	80	2,2	2,6	61,8	280
Итого за Завтрак		520	16,72	12,26	136,62	724,51
Обед						
64,00	суп из овощей	250	2,00	4,34	10,84	91,00
131,00	плов из курицы	220	30,60	24,44	27,92	517,05
17,00	салат из моркови	100	1,11	5,08	15,91	114,95
283,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед		830	37,39	34,48	97,68	915,51
Итого за день		1350	54,11	46,74	234,30	1640,02

Утверждаю

Директор:

Насырова Г.М.

Родительский взнос

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: Школьное меню

День: понедельник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
259,00	Макароны отварные с сыром	180	10,80	9,00	31,77	252,00
283,00	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	10,0	41
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
607	Вафли	80	2,2	2,6	61,8	280
Итого за Завтрак		520	16,72	12,26	136,62	724,51