



Утверждаю
Директор:

Handwritten signature

Насырова Г.М.

7-11 лет

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Рацион: Школьное меню

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
181,00	Каша рисовая молочная вязкая	180	5,1	7,36	27,56	242,38
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,03	10,22	41,63
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
106,00	Сыр голландский (порциями)	10	2,60	2,68		35
Итого за Завтрак		560	14,77	13,97	76,28	536,21
Обед						
122,00	Суп с рыбными консервами	200	7,44	9,12	8,0	144,00
129,00	Котлеты рубленые из птицы	90	19,13	10,99	14,18	234,29
212,00	Макаронные изделия отварные	150	5,49	3,98	36,29	207,91
25	салат из свеклы с растительным маслом	60	1,27	5,00	7,60	79,42
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		760	37,01	29,71	109,12	858,13
Итого за день		1320	51,78	43,68	185,40	1394,34

Директор: Насырова Г.М. 12 лет и старше

Рацион: Школьное меню

Неделя: 1

Утверждаю
Директор: 
Примерное меню и план питания
Рацион: Школьное меню

№	реп.	П
1		

Директор:



Рацион: Школьное меню

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
181,00	Каша рисовая молочная вязкая	200	5,7	8,17	30,62	269,31
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,03	10,22	41,63
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Завтрак		460	9,44	8,80	73,84	462,94
Обед						