

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ _____ мп



Утверждаю:
Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"
_____ Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 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	134,68
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак		суммарная масса порции: 675	18,04	17,15	76,5	523,56
Обед						
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
131,8	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,65	37,28	359,21
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Обед		суммарная масса порции: 710	24,38	22,74	117,69	771,56
Итого за день			42,42	39,89	194,19	1295,12

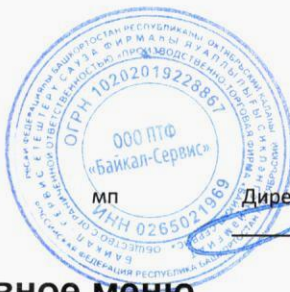
Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 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	26	171,65
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
Итого за Завтрак		суммарная масса порции: 715	19,08	17,51	81,31	564,08
Обед						
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	18,5	41,42	365,67
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед		суммарная масса порции: 810	24,87	24,79	120,63	773,02
Итого за день			43,95	42,30	201,94	1337,10

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



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

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд
Рацион: I 7-11 лет

День: вторник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
125/1	Голень цыпленка в сметанно-томатном соусе	100/30	25,3	21,9	1,8	305
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	188,92
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 515			33,58	26,52	65,57	614,2
Обед						
58	Суп картофельный	250	2,4	2,5	18,1	107
506,26	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/30	8,66	12,1	8,33	177,1
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 750			20,09	21,83	128,61	786,39
Итого за день			53,67	48,35	194,18	1400,59

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд
Рацион: I 12 лет и старше

День: вторник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
125/1	Голень цыпленка в смет-томат соусе	100/30	25,3	21,9	1,8	305
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550			34,73	26,65	72,97	671,27
Обед						
58	Суп картофельный	250	2,4	2,5	18,1	107
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
613,01	Рис припущенный	200	5,3	8,35	54,53	314,16
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 810			21,70	23,75	144,70	874,40
Итого за день			56,43	50,4	217,67	1545,67

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



Утверждаю:
Директор ООО ПТО "Байкал-сервис"
Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: I 7-11 лет

День: среда

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ттк 66,64	Суп-лапша(вермишель) с мясом птицы(филе)	250/20	11,37	12,52	15,68	221,02
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 640			19,2	16,18	81,98	554,02
Обед						
53,42	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,68	4,86	7,36	80,73
80,55	Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)	45/45	9,15	7,03	2,50	148,13
497,02	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 735			26,27	18,67	101,07	713,72
Итого за день			45,47	34,85	183,05	1267,74

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: I 12 лет и старше

День: среда

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ттк 66,65	Суп-лапша(вермишель) с мясом птицы(филе)	250/30	15,67	16,14	15,71	240,3
1,5	Бутерброд с сыром	30\10	5,03	2,96	16,5	113
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 650			23,5	19,8	82,01	573,3
Обед						
53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	140,7
80,62	Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	159,99
497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,85	7,18	49,00	303,55
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 825			29,46	21,46	110,66	836,14
Итого за день			52,96	41,26	192,67	1409,44

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



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

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 1: 7-11 лет

День: четверг

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						
516/1	Маринад овощной без томата	60	0,67	5,32	5,92	74,25
131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	18,5	41,42	365,67
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 500			20,77	24,22	79,04	582,92
Обед						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
129,14	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11
118,08	Рагу овощное с отварным мясом	160	14,56	17,12	13,54	267,29
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 750			29,11	27,82	106,4	792,42
Итого за день			49,88	52,04	185,44	1375,34

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 1: 12 лет и старше

День: четверг

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						
516/3	Маринад овощной без томата	100	1,11	8,86	9,86	123,75
131,81	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	18,5	41,42	365,67
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 560			22,81	27,96	91,28	672,42
Обед						
25,27	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,87	8,42	10,97	126,99
129,14	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	8,47	4,87	97	226,11
118,1	Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 830			31,51	33,18	172,3	874,31
Итого за день			54,32	61,14	263,58	1546,73

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



Утверждаю:
Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"
Шифигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: пятница

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						
470,47	Каша пшеничная молочная	180/10	7,76	11,5	38,61	289,8
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Бутерброд с маслом	30\5	2,44	3,93	16,57	111,05
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 525			13,84	18,72	92,6	591,45
Обед						
56,64	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,55	4,47	8,02	75,64
233,23	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	208,02
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 710			32,06	27,38	88,52	680,44
Итого за день			45,9	46,1	181,12	1271,89

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: пятница

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						
470,48	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	200/10	8,62	12,8	42,9	322
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Бутерброд с маслом	30\10	2,48	7,55	16,63	144,1
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550			14,74	23,64	96,95	656,7
Обед						
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,18	100,62
233,24	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	50/50	22,03	19,98	3,25	232,95
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 810			35,89	30,70	98,40	765,84
Итого за день			50,63	54,34	195,35	1422,54

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



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

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: понедельник
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
211,48	Макаронные изделия с тертым сыром	150	8,84	11,81	31,01	266,64
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
38,89	Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	108
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 510			12,58	12,7	74,96	520,92
Обед						
129,19	Суп картофельный с горохом	200	4,73	3,64	15,59	114,33
125/1	Голень цыпленка в сметанно-томатном соусе	100/30	25,3	21,9	1,8	305
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	229,69
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Обед суммарная масса порции: 710			36,38	32,54	91,74	805,67
Итого за день			48,96	45,24	166,70	1326,59

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: понедельник
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
211,5	Макаронные изделия отварные с тертым	200	11,78	15,72	41,27	354,97
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
38,89	Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	108
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550			14,72	16,51	79,72	583,25
Обед						
129,2	Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91
125/1	Голень цыпленка в сметанно-томатном соусе	100/30	25,3	21,9	1,8	305
611,02	Рис припущенный	180	4,55	7,88	46,75	275,89
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
1,1*	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 820			40,72	35,09	117,23	946,45
Итого за день			55,44	51,60	196,95	1529,70

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ _____



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

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: вторник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
233,23	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	45/45	19,83	17,99	2,93	208,02
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21	134,68
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 505			29,84	23,54	87,63	615,30
Обед						
66,63	Суп-лапша (вермишель)	200	2,22	4,23	12,49	120,9
445,38	Котлеты мясные с молочным соусом	60/30	10,14	12,87	8,62	167,87
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 705			22,98	22,01	111,99	738,27
Итого за день			52,82	45,55	199,62	1353,57

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: вторник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
233,24	Филе грудки, припущенное в томатном соусе	50/50	22,03	19,98	3,25	232,95
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	26	171,65
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 555			33,78	25,88	97,73	677,20
Обед						
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35
445,39	Котлеты мясные с молочным соусом	60/40	13,52	17,16	11,5	223,8
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	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 800			28,06	27,49	125,39	830,14
Итого за день			61,84	53,37	223,12	1507,34

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



Утверждаю:
Директор ООО ПТО "Байкал-сервис"
Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: среда

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
тк 129,16	Суп картофельный с горохом и гречками,с	250/20/20	17,07	12,1	37,16	299,9
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
86,04	Печенье	50	4	5,5	32,7	196,5
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 570			23,47	17,9	96,34	614,3
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
Обед						
53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	140,7
80,55	Рыба, тушеная с овощами(филе минтая)	45/45	9,15	7,03	2,50	148,13
138,06	Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
296	Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 810			21,59	19,63	98,68	740,2
Итого за день			45,06	37,53	195,02	1354,5

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: среда

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
тк 129,17	Суп картофельный с горохом и гречками,с	250/20/30	21,37	15,71	37,19	315,61
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
86,04	Печенье	50	4	5,5	32,7	196,5
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 580			27,77	21,51	96,37	630,01
38,59	Яблоко	125	0,5	0,5	12,25	58,75
Обед						
53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	140,7
80,62	Рыба, тушеная с овощами(филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	159,99
138,07	Картофельное пюре	200	4,39	6,77	29,45	196,9
296	Напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед суммарная масса порции: 840			23,06	21,06	101,3	771,77
Итого за день			50,83	42,57	197,67	1401,78

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



Утверждаю:
Директор ООО ПТО "Байкал-сервис"
Шафигуллина Г.Т.

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 7-11 лет

День: четверг

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
48/1	Икра свекольная	60	1,05	4,27	5,2	55,6
445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 535			19,3	20,8	86,0	601,7
Обед						
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со	250/10	2,14	5,76	11,48	109,56
12,2	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	45/45	12,85	14,74	4,87	202,68
497,02	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	9,04	5,98	40,83	252,96
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	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: 765			29,69	27,19	103,17	777,48
Итого за день			48,99	48,02	189,18	1379,21

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: четверг

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
48/3	Икра свекольная	100	1,4	5,7	7,5	62,2
445,36	Котлеты мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 620			20,9	22,5	96,2	647,4
Обед						
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со	250/10	2,14	5,76	11,48	109,56
12,21	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	50/50	14,09	16,39	5,37	224,61
497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,85	7,18	49,00	303,55
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 805			31,94	29,94	106,34	824,00
Итого за день			52,84	52,44	202,58	1471,37

Согласовано:
Директор МОБУ СОШ мп



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

Ежедневное меню

Дата _____

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: L 7-11 лет

День: пятница
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 510			13,63	16,22	68,45	477,47
Обед						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
66,63	Суп-лапша (вермишель)	200	2,22	4,23	12,49	120,9
97,62	Жаркое по-домашнему	150	9,62	11,75	17,58	214,83
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	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: 700			20,16	21,95	92,53	670,00
Итого за день			33,79	38,17	160,98	1147,47

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: L 12 лет и старше

День: пятница
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
430,37	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/10	6	11,6	43	302
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550			14,23	17,76	73,7	516
Обед						
516/3	Маринад овощной без томата	100	1,11	8,86	9,86	123,75
67,04	Свекольник со сметаной	250/10	2,74	5,79	18,31	136,81
524,08	Плов из отварной говядины	200	15,97	18,9	39,04	389,96
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66
Итого за Обед суммарная масса порции: 820			24,62	34,15	107,49	834,42
Итого за день			38,85	51,91	181,19	1350,42