

Утверждаю
Директор  Насырова Г.М. 7-11 лет

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 7)

Рацион: Школьное меню

День: вторник
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						
105,00	Тефтели из говядины (паровые)	90	10,00	9,34	7,99	130,00
138	картофельное пюре	150	3,26	5,04	22,03	146,96
414	кофейный напиток с молоком	200	2,92	3,22	14,75	100,48
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
			19,78	18,20	77,77	529,44
Итого за Завтрак		500				
Обед						
42	салат из белокачанной капусты с яблоками	60	1,10	2,70	5,70	55,00
43,00	Свекольник	200	2,02	4,30	13,28	100,36
83,00	Котлета рыбная	90	11,21	14,36	14,40	232,4
173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,90	39,46	245,57
311,00	Кисель из концентрата "Валетек"	200	0	0	24,0	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед		760	26,66	27,86	129,84	880,33
Итого за день		1260	46,44	46,06	207,61	1409,77

Утверждаю
Директор: Насырова Г.М. 12 лет и старше

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Школьное меню

День: вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
105,00	Тефтели из говядины (паровые)	120	13,33	12,45	10,65	173,00
138	картофельное пюре	200	4,35	6,72	29,37	195,94
414	кофейный напиток с молоком	200	2,92	3,22	14,75	100,48
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Завтрак			24,20	22,99	87,77	621,42
Обед						
42	салат из белокачанной капусты с яблоками	100	1,80	4,60	9,60	91,00
43,00	Свекольник	250	2,50	5,37	16,60	125,45
83,00	Котлета рыбная	120	14,95	19,15	14,40	309,9
173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,50	6,36	47,46	294,68
311,00	Кисель из концентрата "Валетек"	200	0	0	24,0	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			33,35	36,08	145,06	1068,03
Итого за день			57,55	59,07	232,83	1689,45

Утверждаю
Директор:

Насырова Г.М. Родительский взнос

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Школьное меню

День: вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
105,00	Тефтели из говядины (паровые)	120	13,33	12,45	10,65	173,00
138	картофельное пюре	200	4,35	6,72	29,37	195,94
414	кофейный напиток с молоком	200	2,92	3,22	14,75	100,48
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Завтрак			24,20	22,99	87,77	621,42