


утверждаю  дир школы И.С.Абатурова

меню на **03.12.2024**

вторник 1

Рацион: школа 1-4 завтрак ф б

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена руб. |
|------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| завтрак | | | | | | | | плановая |
| | булочка молочная (осень-лето) | 60 | 7 | 1 | 40 | 201 | 9 | |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 30 | 3 | | 14 | 68 | 601 | |
| | каша гречневая рассыпчатая (осень-лето) | 150 | 8 | 6 | 35 | 225 | 6 | фед б-т |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | 66,5 |
| | Тефтели из говядины (осень-лето) | 90 | 18 | 6 | 13 | 177 | 237 | |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 40 | 2 | | 18 | 84 | 600 | |
| Итого за завтрак | | 570 | 38 | 13 | 135 | 816 | | |
| Итого за день | | 570 | 38 | 13 | 135 | 816 | | |

Рацион: школа 1-4 овз+ дети инвалиды обед

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | обл б-т |
|---------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|---------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| обед | | | | | | | | 87,5 |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | каша вязкая молочная пшеничная (осень-лето) | 200 | 5 | 9 | 23 | 284 | 230 | |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 50 | 3 | | 22 | 105 | 600 | |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | Рассольник домашний (осень-лето) | 200 | 2 | 6 | 12 | 107 | 102 | |
| Итого за обед | | 700 | 14 | 16 | 95 | 671 | | |
| Итого за день | | 700 | 14 | 16 | 95 | 671 | | |

Рацион: школа 5-11 овз+дети инвалиды

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | обл б-т |
|------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|---------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| завтрак | | | | | | | | 154 |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | каша вязкая молочная пшеничная (осень-лето) | 200 | 5 | 9 | 23 | 284 | 230 | |
| Итого за завтрак | | 450 | 9 | 10 | 61 | 459 | | |
| обед | | | | | | | | |
| | Рассольник домашний (осень-лето) | 250 | 2 | 7 | 15 | 134 | 102 | |
| | Тефтели из говядины (осень-лето) | 100 | 20 | 7 | 14 | 197 | 237 | |
| | каша гречневая рассыпчатая (осень-лето) | 180 | 9 | 7 | 42 | 270 | 6 | |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 100 | 6 | 1 | 44 | 210 | 600 | |
| | булочка молочная (осень-лето) | 100 | 11 | 2 | 67 | 335 | 9 | |
| Итого за обед | | 980 | 52 | 25 | 220 | 1321 | | |
| Итого за день | | 1 430 | 61 | 35 | 281 | 1780 | | |

Рацион: школа 5-11 род пл второе

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | род пл |
|---------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| обед | | | | | | | | 70 |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 40 | 2 | | 18 | 84 | 600 | |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | Тефтели из говядины (осень-лето) | 100 | 20 | 7 | 14 | 197 | 237 | |
| | каша гречневая рассыпчатая (осень-лето) | 180 | 9 | 7 | 42 | 270 | 6 | |
| Итого за обед | | 570 | 35 | 15 | 112 | 726 | | |
| Итого за день | | 570 | 35 | 15 | 112 | 726 | | |

Рацион: школа 5-11 род пл суп

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | род пл |
|---------------|----------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| суп | | | | | | | | 15 |
| | Рассольник домашний (осень-лето) | 250 | 2 | 7 | 15 | 134 | 102 | |
| Итого за суп | | 250 | 2 | 7 | 15 | 134 | | |
| Итого за день | | 250 | 2 | 7 | 15 | 134 | | |