



утверждаю _____ дир школы И.С.Абатурова

меню на 06.12.2024 пятница 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 |
| | макароны отварные с сыром (осень-лето) | 240 | 14 | 12 | 51 | 370 | 258 | |
| | котлеты биточки шницели (осень-лето) | 90 | 14 | 3 | 5 | 102 | 254 | |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 25 | 1 | | 11 | 53 | 600 | фед б-т |
| | мандарин (осень-лето) | 100 | 1 | | 8 | 38 | 35 | 66,5 |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 30 | 3 | | 14 | 68 | 601 | |
| Итого за завтрак | | 685 | 33 | 15 | 104 | 692 | | |
| Итого за день | | 685 | 33 | 15 | 104 | 692 | | |

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 |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 50 | 3 | | 22 | 105 | 600 | |
| | Суп из овощей (осень-лето) | 200 | 1 | 5 | 6 | 69 | 103 | |
| | каша пшеничная молочная жидкая (осень-лето) | 200 | 8 | 10 | 37 | 266 | 203 | |
| Итого за обед | | 700 | 16 | 16 | 103 | 615 | | |
| Итого за день | | 700 | 16 | 16 | 103 | 615 | | |

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 пшеничная молочная жидкая (осень-лето) | 200 | 8 | 10 | 37 | 266 | 203 | |
| Итого за завтрак | | 450 | 12 | 11 | 75 | 441 | | |
| обед | | | | | | | | |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | Суп из овощей (осень-лето) | 250 | 2 | 6 | 8 | 86 | 103 | |
| | котлеты биточки шницели (осень-лето) | 100 | 16 | 3 | 5 | 113 | 254 | |
| | макароны отварные с сыром (осень-лето) | 180 | 11 | 9 | 38 | 277 | 258 | |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 100 | 6 | 1 | 44 | 210 | 600 | |
| | мандарин (осень-лето) | 100 | 1 | | 8 | 38 | 35 | |
| Итого за обед | | 980 | 40 | 20 | 141 | 899 | | |
| Итого за день | | 1 430 | 52 | 31 | 216 | 1340 | | |

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 ржаной (осень-лето) | 40 | 2 | | 18 | 84 | 600 | |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | макароны отварные с сыром (осень-лето) | 180 | 11 | 9 | 38 | 277 | 258 | |
| | котлеты биточки шницели (осень-лето) | 100 | 16 | 3 | 5 | 113 | 254 | |
| Итого за обед | | 570 | 33 | 13 | 99 | 649 | | |
| Итого за день | | 570 | 33 | 13 | 99 | 649 | | |

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 |
| | Суп из овощей (осень-лето) | 250 | 2 | 6 | 8 | 86 | 103 | |
| Итого за суп | | 250 | 2 | 6 | 8 | 86 | | |
| Итого за день | | 250 | 2 | 6 | 8 | 86 | | |