



утверждаю \_\_\_\_\_ дир школы И.С.Абатурова

меню на 10.12.2024 вторник

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
	груша (осень-лето)	150	1		15	71	34	
	хлеб ржаной (осень-лето)	25	1		11	53	600	
	зразы школьные (осень-лето)	90	17	4	6	134	256	фед б-т
	каша гречневая рассыпчатая (осень-лето)	150	8	6	35	225	6	66,5
	Компот из кураги (осень-лето)	200	1		30	127	307	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
Итого за завтрак		665	32	11	120	724		
Итого за день		665	32	11	120	724		

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	
	каша вязкая молочная пшеничная (осень-лето)	200	5	9	23	284	230	
	Щи из свежей капусты с картофелем. (осень-лето)	200	2	5	6	85	100	
Итого за обед		700	14	15	89	649		
Итого за день		700	14	15	89	649		

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
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	каша вязкая молочная пшеничная (осень-лето)	200	5	9	23	284	230	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
Итого за завтрак		450	9	10	61	459		
обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем. (осень-лето)	250	2	7	8	107	100	
	зразы школьные (осень-лето)	100	19	4	7	149	256	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	каша гречневая рассыпчатая (осень-лето)	180	9	7	42	270	6	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	хлеб ржаной (осень-лето)	100	6	1	44	210	600	
	груша (осень-лето)	150	1		15	71	34	
Итого за обед		1 030	41	20	154	982		
Итого за день		1 480	50	30	215	1441		

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
	зразы школьные (осень-лето)	100	19	4	7	149	256	
	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)	40	2		18	84	600	
Итого за обед		570	34	12	105	678		
Итого за день		570	34	12	105	678		

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
	Щи из свежей капусты с картофелем. (осень-лето)	250	2	7	8	107	100	
Итого за суп		250	2	7	8	107		
Итого за день		250	2	7	8	107		