



Утверждаю: Дир. школы И.С.Абатурова

МЕНЮ на 20.12.2024 пятница

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	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	66,5
	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		