


утверждаю:  дир школы И.С.Абатурова

меню на **19.11.2024**

вторник1

Рацион: школа 1-4 завтрак ф б

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>завтрак</b>								
	булочка молочная (осень-лето)	60	7	1	40	201	9	плановая  <i>фед б-т</i> 66,5
	хлеб пшеничный (осень-лето)	30	3		14	68	601	
	каша гречневая рассыпчатая (осень-лето)	150	8	6	35	225	6	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	Тефтели из говядины (осень-лето)	90	18	6	13	177	237	
	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	
<b>Итого за завтрак</b>		570	38	13	135	816		
<b>Итого за день</b>		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			
<b>обед</b>								
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	87,5
	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	
<b>Итого за обед</b>		700	14	16	95	671		
<b>Итого за день</b>		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			
<b>завтрак</b>								
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	154
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	каша вязкая молочная пшеничная (осень-лето)	200	5	9	23	284	230	
<b>Итого за завтрак</b>		450	9	10	61	459		
<b>обед</b>								
	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	
<b>Итого за обед</b>		980	52	25	220	1321		
<b>Итого за день</b>		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			
<b>обед</b>								
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	70
	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	
<b>Итого за обед</b>		570	35	15	112	726		
<b>Итого за день</b>		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			
<b>суп</b>								
	Рассольник домашний (осень-лето)	250	2	7	15	134	102	15
<b>Итого за суп</b>		250	2	7	15	134		
<b>Итого за день</b>		250	2	7	15	134		