



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

меню на 20.11.2024 среда

Рацион: школа 1-4 завтрак ф б

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак								плановая
	хлеб ржаной (осень-лето)	25	1		11	52	600	
	Картофельное пюре (осень-лето)	150	4	5	18	183	251	
	котлеты биточки тефтели рыбные (осень-лето)	90	17	6	7	152	253	фед б-т
	яблоко (осень-лето)	200			10	47	30	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		715	27	12	99	675		
Итого за день		715	27	12	99	675		

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	
	запеканка из творога (осень-лето)	200	18	28	131	860	265	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	хлеб ржаной (осень-лето)	50	3		22	105	600	
	Борщ с капустой и картофелем (осень-лето)	200	2	5	10	97	111	
Итого за обед		700	27	34	201	1237		
Итого за день		700	27	34	201	1237		

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	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	запеканка из творога (осень-лето)	200	18	28	131	860	265	
Итого за завтрак		450	22	29	169	1035		
обед								
	Борщ с капустой и картофелем (осень-лето)	250	2	7	13	121	111	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	Картофельное пюре (осень-лето)	180	5	7	22	220	251	
	котлеты биточки тефтели рыбные (осень-лето)	100	19	7	7	169	253	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	хлеб ржаной (осень-лето)	100	6	1	44	210	600	
	яблоко (осень-лето)	100			5	24	30	
Итого за обед		980	36	23	129	919		
Итого за день		1 430	58	52	298	1954		

Рацион: школа 5-11 род пл второе

Неделя: 1

День: среда

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	
	Картофельное пюре (осень-лето)	180	5	7	22	220	251	
	котлеты биточки тефтели рыбные (осень-лето)	100	19	7	7	169	253	
Итого за обед		570	30	15	85	648		
Итого за день		570	30	15	85	648		

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
	Борщ с капустой и картофелем (осень-лето)	250	2	7	13	121	111	
Итого за суп		250	2	7	13	121		
Итого за день		250	2	7	13	121		