



утверждаю _____ дир школы И.С.Абатурова

МЕНЮ на 26.11.2024 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 | груша (осень-лето) | 150 | 1 | | 15 | 71 | 34 | плановая фед б-т 66,5 |
| | хлеб ржаной (осень-лето) | 25 | 1 | | 11 | 53 | 600 | |
| | зразы школьные (осень-лето) | 90 | 17 | 4 | 6 | 134 | 256 | |
| | каша гречневая рассыпчатая (осень-лето) | 150 | 8 | 6 | 35 | 225 | 6 | |
| | 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 | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | 87,5 |
| | 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 | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | 154 |
| | 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 | зразы школьные (осень-лето) | 100 | 19 | 4 | 7 | 149 | 256 | 70 |
| | 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 | Щи из свежей капусты с картофелем. (осень-лето) | 250 | 2 | 7 | 8 | 107 | 100 | 15 |
| | Итого за суп | | 250 | 2 | 7 | 8 | 107 | |
| Итого за день | | 250 | 2 | 7 | 8 | 107 | | |