



Утверждаю _____ дир школы И.С.Абатурова

МЕНЮ на 03.10.2024 четверг 2

Рацион: школа 1-4 завтрак ф б

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	яйцо отварное (осень-лето)	40	2	2		63	10	плановая фед б-т 66,5
	хлеб пшеничный (осень-лето)	40	3	1	18	91	601	
	котлета из курицы (осень-лето)	90	15	13	5	195	255	
	Макаронные изделия отварные (осень-лето)	150	6	5	30	193	259	
	компот из яблок (осень-лето)	200			24	99	300,04	
	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	
Итого за завтрак		560	28	21	95	725		
Итого за день		560	28	21	95	725		

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	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	87,5
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	хлеб ржаной (осень-лето)	50	3		22	105	600	
	Каша вязкая молочная (из пшена и риса)	200	8	8	43	278	202	
	суп картофельный с горохом (осень-лето)	200	5	4	17	128	107	
Итого за обед		700	20	13	120	686		
Итого за день		700	20	13	120	686		

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	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	154
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	Каша вязкая молочная (из пшена и риса)	200	8	8	43	278	202	
Итого за завтрак		450	12	9	81	453		
обед	суп картофельный с горохом (осень-лето)	250	6	6	21	160	107	
	котлета из курицы (осень-лето)	100	16	15	5	216	255	
	Макаронные изделия отварные (осень-лето)	180	7	6	35	231	259	
	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	
	яйцо отварное (осень-лето)	40	2	2		63	10	
Итого за обед		920	41	31	143	1055		
Итого за день		1 370	53	40	224	1508		

Рацион: школа 5-11 род пл второе

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	род пл
			Белки	Жиры	Углеводы			
обед	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	70
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	
	котлета из курицы (осень-лето)	100	16	15	5	216	255	
	Макаронные изделия отварные (осень-лето)	180	7	6	35	231	259	
Итого за обед		570	29	22	96	706		
Итого за день		570	29	22	96	706		

Рацион: школа 5-11 род пл суп

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	род пл
			Белки	Жиры	Углеводы			
суп	суп картофельный с горохом (осень-лето)	250	6	6	21	160	107	15
Итого за суп		250	6	6	21	160		
Итого за день		250	6	6	21	160		