



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

меню на **08.10.2024**

вторник1

Рацион: школа 1-4 завтрак ф-б

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