



утверждаю _____ дир школы И.С.Абатурова

МЕНЮ на 10.10.2024 четверг1

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
	салат картофельный с зеленым горошком (осень-лето)	60	1	6	6	95	27	
	каша рисовая рассыпчатая (осень-лето)	150	4	4	39	206	12	
	Котлеты рубленые из птицы собственного	90	15	13	5	195	238	фед б-т
	напиток из апельсинов (осень-лето)	200			21	84	300,02	66,5
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	
Итого за завтрак		590	26	24	112	778		
Итого за день		590	26	24	112	778		

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 (из пшена и риса) "Дружба"	200	8	8	43	278	202	
	хлеб ржаной (осень-лето)	50	3		22	105	600	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	Щи из свежей капусты с картофелем. (осень-лето)	200	2	5	6	85	100	
Итого за обед		700	17	14	109	643		
Итого за день		700	17	14	109	643		

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 (из пшена и риса) "Дружба"	200	8	8	43	278	202	
Итого за завтрак		450	12	9	81	453		
обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем. (осень-лето)	250	2	7	8	107	100	
	Котлеты рубленые из птицы собственного	100	16	15	5	216	238	
	каша рисовая рассыпчатая (осень-лето)	180	4	5	47	248	12	
	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	
	салат картофельный с зеленым горошком (осень-лето)	100	2	11	11	158	27	
Итого за обед		980	34	40	153	1114		
Итого за день		1 430	46	49	234	1567		

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	
	Котлеты рубленые из птицы собственного	100	16	15	5	216	238	
	каша рисовая рассыпчатая (осень-лето)	180	4	5	47	248	12	
Итого за обед		570	26	21	108	723		
Итого за день		570	26	21	108	723		

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
	Щи из свежей капусты с картофелем. (осень-лето)	250	2	7	8	107	100	
Итого за суп		250	2	7	8	107		
Итого за день		250	2	7	8	107		