



Утверждаю
дир школы И.С.Абатурова

меню на 20.09.2024

пятница 2

Рацион: школа 1-4 завтрак ф 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак								плановая
	котлета нежная (осень-лето)	90	18	9	6	180	260	
	каша пшеничная рассыпчатая (осень-лето)	150	7	9	39	262	500	
	бутерброд с повидлом (осень-лето)	60/20	5	1	41	192	1	фед б-т
	напиток из апельсинов (осень-лето)	200			21	84	300,02	66,5
	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
Итого за завтрак		610	36	20	148	916		
Итого за день		610	36	20	148	916		

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
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	хлеб ржаной (осень-лето)	50	3		22	105	600	
	суп молочный с рисом (осень-лето)	200	5	6	20	160	108	
	Суп крестьянский с крупой перловой (осень-лето)	200	2	6	12	105	104	
Итого за обед		700	14	13	92	545		
Итого за день		700	14	13	92	545		

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	
	суп молочный с рисом (осень-лето)	200	5	6	20	160	108	
Итого за завтрак		450	9	7	58	335		
обед								
	Суп крестьянский с крупой перловой (осень-лето)	250	2	7	14	131	104	
	котлета нежная (осень-лето)	100	20	10	7	201	260	
	каша пшеничная рассыпчатая (осень-лето)	180	8	10	47	314	500	
	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	
	бутерброд с повидлом (осень-лето)	100	7	1	52	240	1	
Итого за обед		980	47	30	202	1271		
Итого за день		1 430	56	37	260	1606		

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 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	
	котлета нежная (осень-лето)	100	20	10	7	201	260	
	каша пшеничная рассыпчатая (осень-лето)	180	8	10	47	314	500	
Итого за обед		570	34	21	110	774		
Итого за день		570	34	21	110	774		

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
	Суп крестьянский с крупой перловой (осень-лето)	250	2	7	14	131	104	
Итого за суп		250	2	7	14	131		
Итого за день		250	2	7	14	131		