



Утверждаю: дир школы И.С.Абатурова

МЕНЮ на 30.09.2024 понедельник

Рацион: школа 1-4 завтрак ф.б

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак								
	сыр (осень-лето)	60	16	16		203	37	плановая фед б-т 66,5
	хлеб ржаной (осень-лето)	25	1		11	53	600	
	печень говяжья по строгоновски (осень-лето)	90	14	13	6	200	227	
	каша рисовая рассыпчатая (осень-лето)	150	4	4	39	206	12	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
Итого за завтрак		575	39	34	94	837		
Итого за день		575	39	34	94	837		

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	
	суп молочный с рисом (осень-лето)	200	5	6	20	160	108	
	хлеб ржаной (осень-лето)	50	3		22	105	600	
	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	2	7	15	130	105	
Итого за обед		700	14	14	95	570		
Итого за день		700	14	14	95	570		

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	
	суп молочный с рисом (осень-лето)	200	5	6	20	160	108	
Итого за завтрак		450	9	7	58	335		
обед								
	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	3	9	18	163	105	
	печень говяжья по строгоновски (осень-лето)	100	16	14	7	222	227	
	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	
	сыр (осень-лето)	100	26	26		339	37	
Итого за обед		980	59	56	154	1357		
Итого за день		1 430	68	63	212	1692		

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
	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	печень говяжья по строгоновски (осень-лето)	100	16	14	7	222	227	
	каша рисовая рассыпчатая (осень-лето)	180	4	5	47	248	12	
Итого за обед		570	26	20	110	729		
Итого за день		570	26	20	110	729		

Рацион: школа 5-11 род пл суп

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	род пл
			Белки	Жиры	Углеводы			
суп								
	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	3	9	18	163	105	15
Итого за суп		250	3	9	18	163		
Итого за день		250	3	9	18	163		