



Утверждаю Дир школы И.С.Абатурова

меню на 03.04.2025 четверг

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 |
| | яйцо отварное (осень-лето) | 40 | 2 | 2 | | 63 | 10 | |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 40 | 3 | 1 | 18 | 91 | 601 | |
| | котлета из курицы (осень-лето) | 90 | 15 | 13 | 5 | 195 | 255 | фед б-т |
| | Макаронные изделия отварные (осень-лето) | 150 | 6 | 5 | 30 | 193 | 259 | 71,7 |
| | 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 | | | | | | | | 82,3 |
| | Чай с сахаром (осень-лето) | 200 | | | 15 | 61 | 300 | |
| | 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 | | | | | | | | 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) | 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 | | | | | | | | 70 |
| | хлеб пшеничный (осень-лето) | 50 | 4 | 1 | 23 | 114 | 601 | |
| | 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 | | | | | | | | 15 |
| | суп картофельный с горохом (осень-лето) | 250 | 6 | 6 | 21 | 160 | 107 | |
| Итого за суп | | 250 | 6 | 6 | 21 | 160 | | |
| Итого за день | | 250 | 6 | 6 | 21 | 160 | | |