



Утверждаю _____ дир школы И.С.Абатурова

меню на 07.03.2025

пятница 2

Рацион: школа 1-4 завтрак ф б

Неделя: 2

День: пятница

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	
	пюре гороховое (осень-лето)	150	17	5	36	254	16	
	бутерброд с повидлом (осень-лето)	40/20	4	1	27	127	1	фед б-т
	напиток из апельсинов (осень-лето)	200			21	84	300,02	71,7
	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
Итого за завтрак		590	45	16	131	843		
Итого за день		590	45	16	131	843		

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
	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	
	пюре гороховое (осень-лето)	180	21	5	43	305	16	
	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	6	1	46	212	1	
Итого за обед		980	59	25	192	1234		
Итого за день		1 430	68	32	250	1569		

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	
	пюре гороховое (осень-лето)	180	21	5	43	305	16	
Итого за обед		570	47	16	106	765		
Итого за день		570	47	16	106	765		

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		