



Утверждаю директор школы И.С.Абатурова

меню на 12.03.2025, среда

Рацион: школа 1-4 завтрак ф б

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	хлеб ржаной (осень-лето)	25	1		11	62	600	плановая фед б-т 71,7
	Картофельное пюре (осень-лето)	150	4	5	18	183	251	
	котлеты биточки тефтели рыбные (осень-лето)	90	17	6	7	152	253	
	огурец в нарезке (осень-лето)	60			2	8	14	
	Компот из кураги (осень-лето)	200	1		30	127	307	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
Итого за завтрак		575	27	12	91	636		
Итого за день		575	27	12	91	636		

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	82,3
	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом (осень-лето)	200	8	8	44	281	200	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	хлеб ржаной (осень-лето)	50	3		22	105	600	
	Борщ с капустой и картофелем (осень-лето)	200	2	5	10	97	111	
Итого за обед		700	17	14	114	658		
Итого за день		700	17	14	114	658		

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	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	154
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом (осень-лето)	200	8	8	44	281	200	
Итого за завтрак		450	12	9	82	456		
обед	Борщ с капустой и картофелем (осень-лето)	250	2	7	13	121	111	
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	Картофельное пюре (осень-лето)	180	5	7	22	220	251	
	котлеты биточки тефтели рыбные (осень-лето)	100	19	7	7	169	253	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	хлеб ржаной (осень-лето)	100	6	1	44	210	600	
	огурец в нарезке (осень-лето)	100	1		3	14	14	
Итого за обед		980	37	23	127	909		
Итого за день		1 430	49	32	209	1365		

Рацион: школа 5-11 род пл второе

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	род пл
			Белки	Жиры	Углеводы			
обед	хлеб ржаной (осень-лето)	40	2		18	84	600	70
	Чай с сахаром (осень-лето)	200			15	61	300	
	хлеб пшеничный (осень-лето)	50	4	1	23	114	601	
	Картофельное пюре (осень-лето)	180	5	7	22	220	251	
	котлеты биточки тефтели рыбные (осень-лето)	100	19	7	7	169	253	
Итого за обед		570	30	15	85	648		
Итого за день		570	30	15	85	648		

Рацион: школа 5-11 род пл суп

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	род пл
			Белки	Жиры	Углеводы			
суп	Борщ с капустой и картофелем (осень-лето)	250	2	7	13	121	111	15
Итого за суп		250	2	7	13	121		
Итого за день		250	2	7	13	121		