



СОГЛАСОВАНО
 Директор MAOU СОШ №47
 Бобров В.С.



УТВЕРЖДАЮ
 Организатор питания
 Дараган Л.Ю.

Меню

на 205.
 Школьники (1-4 классы)

Возрастная категория:

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, кк | № рецептуры |
|-------------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-----------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 7 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Помидоры свежие | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 8,8 | 71 |
| | Плов из птицы | 240 | 24,07 | 13,22 | 47,16 | 390,36 | 331к |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,60 | 3,92 | 13,44 | 102,72 | 379 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,20 | 0,80 | 22,00 | 108 | б/н |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 520 | 31,31 | 18,02 | 84,12 | 609,88 | |
| ОБЕД | Салат из отварной моркови с сыром | 60 | 2,19 | 7,63 | 3,54 | 92,16 | 69к |
| | Щи по-уральски на бульоне со сметаной | 200 | 6,30 | 9,70 | 5,58 | 136,94 | 93 |
| | Котлеты рубленые из птицы с соусом | 110 | 13,57 | 18,59 | 15,43 | 280,74 | 294м/330 |
| | Рагу из овощей | 150 | 2,36 | 7,70 | 17,31 | 148,77 | 143/363к |
| | Компот из сухофруктов с вит С | 200 | 2,50 | 0,00 | 39,74 | 167,74 | 349 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,20 | 0,80 | 22,00 | 108 | б/н |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,24 | 0,44 | 0,96 | 91,96 | б/н |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 800 | 32,36 | 44,86 | 104,56 | 1026,31 | |
| ПОЛДНИК | Печенье | 20 | 1,70 | 2,26 | 13,94 | 82,9 | б/н |
| | Йогурт питьевой | 290 | 7,83 | 7,25 | 31,32 | 229,1 | б/н |
| | фрукты свежие (яблоко) | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,7 | 338м |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 420 | 9,97 | 9,95 | 56,04 | 363,7 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1740 | 73,64 | 72,83 | 244,72 | 1999,89 | |

Зав.производством



СОГЛАСОВАНО
 Директор MAOU СОШ №47
 Бобров В.С.



УТВЕРЖДАЮ
 Организатор питания
 Дараган Л.Ю.

Меню

на 2.05.

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, | № рецептуры |
|----------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 7 | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | Салат из отварной моркови с сыром | 100 | 3,65 | 12,72 | 5,90 | 153,6 | 69К |
| | Щи по-уральски на бульоне со сметаной | 250 | 7,88 | 12,12 | 6,97 | 171,18 | 93 |
| | Котлеты рубленые из птицы с соусом | 110 | 13,57 | 18,59 | 15,43 | 280,74 | 294м/330м |
| | Рагу из овощей | 180 | 2,83 | 9,23 | 20,77 | 178,52 | 143/363к |
| | Компот из сухофруктов с вит С | 200 | 2,50 | 0,00 | 39,74 | 167,74 | 349 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,20 | 0,80 | 22,00 | 108 | б/н |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,24 | 0,44 | 0,96 | 91,96 | б/н |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 920 | 35,87 | 53,90 | 111,77 | 1151,74 | |

Стоимость одного приема пищи 99руб 64коп.

Зав.производством _____