

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ №47

УТВЕРЖДАЮ
Организатор питания

Бобров В.С.

Дараган Л.Ю.

Меню

на _____
Школьники (1-4 классы)

Возрастная
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,кк	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Горошек консервированный припущенный	30	6,90	0,36	15,99	90,81	22К
	Омлет натуральный	120	11,60	17,83	1,57	213,29	210
	Чай с лимоном	207	0,14	0,00	8,49	34,49	377
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н
	фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,7	338м
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		507	22,28	19,43	58,83	498,29	
ОБЕД	Винегрет овощной	60	0,82	6,10	4,42	76,45	67
	Суп из овощей с зеленым горошком на курином бульоне со сметаной	220	10,91	13,95	13,42	223,92	99
	Котлеты рубленые из птицы с соусом	110	16,89	6,94	17,13	184,73	294м/33
	Каша рассыпчатая рисовая	150	3,45	5,90	35,40	208,56	171
	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		820	40,01	34,13	133,07	1061,36
ПОЛДНИК	Зефир	25	0,16	0,00	0,08	80,64	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		425	8,43	7,69	42,18	361,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1752	70,72	61,25	234,08	1921,09	

Стоимость одного приема пищи 92руб 47коп.

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ СОШ №47
 Бобров В.С.

УТВЕРЖДАЮ
 Организатор питания
 Дараган Л.Ю.

Меню

на 10.03

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев оды		
День 5							
ОБЕД	Винегрет овощной	100	1,37	10,16	7,37	127,42	67
	Суп из овощей с зеленым горошком на курином бульоне со сметаной	250	12,40	15,85	15,25	254,45	99
	Котлеты рубленые из птицы с соусом	110	16,89	6,94	17,13	184,73	294м/331м
	Каша рассыпчатая рисовая	180	4,14	7,07	42,48	250,27	171
	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	42,74	41,26	144,93	1184,57	

Стоимость одного приема пищи 99руб 64коп.

Зав.производством _____