

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ №47

Бобров В.С.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Штум"

Штукмарь А.А.

Меню (льготное питание)

на 12.01.

Возрастная
категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Помидоры свежие порционные	30	0,33	0,06	1,14	6,6	71
	Куриное филе в сметанном соусе 70/30	100	25,25	4,77	2,35	153,59	290
	Рагу из овощей	150	2,36	7,70	17,31	148,77	143/363к
	Сыр	10	2,32	2,95	0,00	36	15
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н
	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,92	13,44	102,72	379
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	37,06	20,20	56,24	555,68	
ОБЕД	Салат из моркови с яблоками и клюквой	60	0,58	3,71	6,10	61,15	*
	Рассольник ленинградский на бульоне со сметаной (перловка)	200	6,16	9,24	14,04	165,44	96
	Котлета рыбная в сметанном соусе ю	110	9,97	13,89	23,35	254,57	234м/330м
	Пюре картофельное	150	3,29	4,46	22,05	141,96	312м
	Компот из яблок с Вит С	180	0,11	0,11	9,83	39,98	451к
	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		780	25,55	32,65	98,33	863,06	
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 (мандарин)	120	0,96	0,24	9,00	45,6	338
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	10,49	9,75	54,26	357,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1740	73,10	62,60	208,83	1776,34	

Стоимость одного приема пищи 92 руб 47 коп.

Зав.производством



Меню (льготное питание)

на 12.01

Возрастная категория: Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ОБЕД	Салат из моркови с яблоками и клюквой	100	0,97	6,18	10,16	101,91	*
	Рассольник ленинградский на бульоне со сметаной (перловка)	250	7,70	11,55	17,55	206,8	96
	Котлета рыбная в сметанном соусе ю	110	9,97	13,89	23,35	254,57	234м/330м
	Пюре картофельное	180	3,94	5,35	26,46	170,35	312м
	Компот из яблок с Вит С	180	0,11	0,11	9,83	39,98	451к
	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		900	28,13	38,32	110,31	973,57	

Стоимость одного приема пищи 99 руб 64коп.

Зав.производством _____