

Организация МУП «Школьный комбинат»
 МЕНЮ для питания учащихся
 МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 11 » сентября 2024 года

Школа _____

День 8-ой Неделя вторая

Отд./корп _____

День _____

8

Прием пищи	Раздел	№ ред.	Блюдо	Выход, г	Цена, г	* Калорийность	Белки	Жиры	* Углеводы
Завтрак 1-4 классы	молочное блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	210	23,88	286	7,31	10,98	39,2
	яичное блюдо	210	Омлет натуральный с зеленым горошком	80/60	43,98	132,28	5,39	9,6	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	2,56	93,6	3,04	0,36	19,88
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,01	56	0,2	0,02	13,6
Завтрак 5-11 классы льготной категории			ИТОГО:	610	73,71	618,48	17,21	21,09	84,7
	молочное блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	210	23,88	286	7,31	10,98	39,2
	яичное блюдо	210	Омлет натуральный с зеленым горошком	80/30	40,45	132,28	5,39	9,6	1,02
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	3,20	150,6	5,06	0,6	33,1
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	71,3	2,04	0,36	15,5
Обед 2 смена 1-4 классы	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,01	56	0,2	0,02	13,6
			ИТОГО:	560	71,46	696,18	20	21,56	102,42
	овощи	71	Овощи по сезону*	60	6,13	51,42	1,02	3	5,07
	1 блюдо	111	Суп с макаронными изделиями	200	3,06	94	1,91	4,06	10,4
	горячее блюдо	260	Гуляш 45/45	90	46,92	221	14,56	16,8	2,9
Обед 2 смена 1-4 классы	гарнир	303	Каша вязкая гречневая	150	8,59	154,05	2,57	4,17	26,57
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	30	1,92	143,1	4,24	1,33	28,1
	хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	1,92	63,28	2,13	0,25	13,9
	напиток	1201	Напиток лимонный	200	5,17	97,4	0,14	0,01	24,1
			ИТОГО:	780	73,71	859,65	27,09	29,7	118,95

Овощи		Овощи по сезону*	100	9,19	59,4	1,12	6,38	3,5
1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными	250	8,28	118,2	2,68	5,83	17,45
горячее блюдо	260	Гуляш 50/50	100	63,02	221	16,01	16,8	2,9
гарнир	303	Каша вязкая гречневая	180	9,26	161,1	3,88	5,07	24,98
хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	2,56	189	5,6	1,75	37,1
хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	40	2,56	96,6	2,43	0,25	21
напиток	1201	Напиток лимонный	200	5,17	97,4	0,14	0,01	24,1
		ИТОГО ЗА ОБЕД:	910	100,04	942,4	31,86	36,09	131,03
Полдник 1-4								
Блюдо	219	Сырники из творога со сметаной	100/16	43,92	320	18,88	21,8	12,22
гор. Напиток	382	Какао с молоком	200	13,78	56	3,78	0,67	125,11
	ПР	Сок фруктов (в мелкоштучной упаковке)	200	16,01	96	1	0	24
		ИТОГО:	516	73,71	472	23,66	22,47	161,33
Полдник 5-11								
Блюдо	219	Сырники из творога со сметаной	100/10	41,67	320	18,88	21,8	12,22
гор. Напиток	382	Какао с молоком	200	13,78	56	3,78	0,67	125,11
	ПР	Сок фруктов (в мелкоштучной упаковке)	200	16,01	96	1	0	24
		ИТОГО:	510	71,46	472,0	23,66	22,47	161,33

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО