

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

Утверждено

(подпись директора, ФИО)

Дата « 25 » сентября 2024 года

День 8-ой Неделя вторая

Школа _____

Отд./корп _____

День 8

Прим пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийно	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
			ИТОГО:	610	73,71	618,48	17,21	21,09	84,7
Завтрак 5-11 льготной категории	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
	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
Обед 2 смена 1-4 классы	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	Гуляц 45/45	90	46,92	221	14,56	16,8	2,9
	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
			ИТОГО:	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	59,1	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 классы									
творож. 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 классы									
творож. 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