

Организация МУП «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 22 » октября 2024 года

День 7-ой Неделя вторая

Школа _____

Отд./корп _____

День 7

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|---|-------------------------|---------|-------------------------------------|----------------------------|-------|--------------|-------|-------|----------|-------|
| Завтрак 1-4 классы | овощи | 59 | Овощи свежие* | 60 | 11,59 | 23,94 | 0,63 | 0,1 | 5,1 | |
| | горячее блюдо | 204 | Макаронные изделия отварные с сыром | 150/30 | 31,35 | 319,3 | 11,8 | 14,6 | 25,6 | |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 35 | 2,24 | 82,04 | 3,04 | 0,36 | 17,2 | |
| | хлеб черн. | ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,28 | 50,6 | 1,27 | 0,13 | 11 | |
| | гор. Напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 3,92 | 62 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | |
| | напиток | 338 | Фрукты в ассортименте* яблоко | 161 | 11,99 | 47 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | |
| | | | | 20 | 11,34 | 72 | 1,2 | 6,8 | 12,8 | |
| | | | | 615,0 | 73,71 | 656,88 | 18,47 | 22,41 | 96,70 | |
| | | | | ИТОГО: | | | | | | |
| | | | | Овощи по сезону* | 60 | 11,59 | 23,94 | 0,63 | 0,1 | 5,1 |
| Завтрак 5-11 классы, льготной категории | горячее блюдо | 204 | Макаронные изделия отварные с сыром | 150/30 | 31,35 | 319,3 | 11,8 | 14,6 | 25,6 | |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 41 | 2,63 | 90,4 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | |
| | хлеб черн. | ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,20 | 150,6 | 5,06 | 0,6 | 33,1 | |
| | гор. Напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 3,92 | 62 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | |
| | напиток | 338 | Фрукты в ассортименте* яблоко | 100 | 7,43 | 96 | 1,5 | 0,5 | 21 | |
| | | | | 20 | 11,34 | 72 | 1,2 | 6,8 | 12,8 | |
| | | | | 650 | 71,46 | 814,24 | 23,36 | 22,98 | 132,68 | |
| | | | | ИТОГО: | | | | | | |
| | | | | Салат овощной | 60 | 6,97 | 55,68 | 0,84 | 3,6 | 4,95 |
| | Обед 2 смена 1-4 классы | 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с горохом | 200 | 6,69 | 119 | 4,4 | 4,22 | 13,23 |
| горячее блюдо | | 239/331 | Тефтели рыбные | 75/30 | 30,59 | 169,32 | 11,01 | 10,64 | 12,35 | |
| гарнир | | 312 | Пюре картофельное | 150 | 17,43 | 137,25 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | |
| хлеб черн. | | ПР | Хлеб рж.-пшеничный | 30 | 1,92 | 64,4 | 1,62 | 1,68 | 14 | |
| хлеб белый | | ПР | Хлеб пшеничный | 50 | 3,20 | 143,1 | 4,24 | 1,33 | 28,1 | |
| напиток | | 342 | Компот из свежих плодов | 200 | 6,91 | 114,6 | 0,16 | 0,2 | 27,88 | |
| | | | | 790 | 73,71 | 803,35 | 25,33 | 26,47 | 120,95 | |
| | | | | ИТОГО: | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|---------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|------|
| Обед льготные категории | овощи | 56 | Салат овощной | 100 | 8,19 | 20 | 1,12 | 0 | 3,5 | |
| | I блюдо | 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 8,33 | 148,25 | 5,49 | 5,27 | 16,53 | |
| | горячее блюдо | 270 | Котлеты Московские | 100 | 51,90 | 293,47 | 12,15 | 28,19 | 9,15 | |
| | гарнир | 312 | Пюре картофельное | 180 | 20,87 | 164,7 | 3,68 | 5,77 | 24,53 | |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 189 | 5,6 | 1,75 | 37,1 | |
| | хлеб черн. | ПР | Хлеб рж.-пшеничн. | 20 | 1,28 | 48,3 | 2,43 | 0,25 | 21 | |
| | напиток | 342 | Компот из свежих плодов | 200 | 6,91 | 114,6 | 0,16 | 0,2 | 27,88 | |
| | | | ИТОГО ЗА ОБЕД: | 940 | 100,04 | 978,32 | 30,63 | 41,43 | 139,69 | |
| | Подлник 1-4 классы | овощи | 59 | Овощи свежие* | 60 | 11,59 | 23,94 | 0,91 | 4,76 | 5,1 |
| | | горячее блюдо | 204 | Макаронные изделия отварные с сыром | 150/30 | 31,35 | 250,8 | 12,16 | 14,33 | 25,6 |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 35 | 2,24 | 90,4 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | |
| | хлеб черн. | ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,28 | 50,6 | 1,27 | 0,13 | 11 | |
| | гор. Напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 3,92 | 62 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | |
| | | 338 | Фрукты в ассортименте* яблоко | 161 | 11,99 | 96 | 1,5 | 0,5 | 21 | |
| | | | Кондитерское изделие вафли | 20 | 11,34 | 72 | 1,2 | 6,8 | 12,8 | |
| | | | ИТОГО: | 615,0 | 73,71 | 520,34 | 17,51 | 19,60 | 76,78 | |
| Подлник 5- 11 классы льготные категории | овощи | 59 | Овощи по сезону* | 60 | 11,59 | 23,94 | 0,91 | 4,76 | 5,1 | |
| | горячее блюдо | 204 | Макаронные изделия отварные с сыром | 150/30 | 31,35 | 319,3 | 12,16 | 14,33 | 25,6 | |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 41 | 2,63 | 90,4 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | |
| | хлеб черн. | ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,20 | 150,6 | 1,27 | 0,13 | 11 | |
| | гор. Напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 3,92 | 62 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | |
| | | 338 | Фрукты в ассортименте* яблоко | 100 | 7,43 | 96 | 1,5 | 0,5 | 21 | |
| | | | Кондитерское изделие вафли | 20 | 11,34 | 72 | 1,2 | 6,8 | 12,8 | |
| | | ИТОГО: | 650 | 71,46 | 520,34 | 17,51 | 19,60 | 76,78 | | |

Зав. Производством

Мед.работник

ФИО

ФИО