

Организация АО «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа №

Утверждаю

(подпись директора, ФИО)

Дата « 29 » ноября 2024 года

День 10-ый Неделя вторая

Школа

Отд./корп

День

10

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий | Белки | Жиры | Углеводы |
|--|---------------|---------|------------------------------|----------|-------|---------|--------|-------|----------|
| Завтрак 1-4 классы | овощи | 49 | Салат витаминный | 60 | 8,85 | 80,28 | 0,91 | 5,72 | 4,57 |
| | горячее блюдо | 290/331 | Птица, тушенная в соусе | 60/50 | 48,51 | 168,3 | 13,14 | 11,14 | 3,87 |
| | гарнир | 303 | Каша вязкая гречневая | 150 | 8,59 | 145,5 | 4,58 | 5,01 | 20,52 |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 93,6 | 3,04 | 0,36 | 19,88 |
| | хлеб чёрн. | 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 | 56 | 0,2 | 0 | 13,6 |
| | | | | ИТОГО: | 580 | 73,71 | 594,28 | 23,14 | 22,36 |
| Завтрак льготные категории 5-11 классы | овощи | 49 | Салат витаминный | 60 | 8,85 | 80,28 | 1,02 | 3 | 8,72 |
| | горячее блюдо | 290/331 | Птица, тушенная в соусе | 60/50 | 48,51 | 168,3 | 13,14 | 11,14 | 3,87 |
| | гарнир | 303 | Каша вязкая гречневая | 150 | 8,59 | 145,5 | 4,58 | 6 | 20,52 |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 25 | 1,58 | 150,6 | 5,06 | 0,6 | 33,1 |
| | хлеб чёрн. | 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 | 13,6 |
| | | | | ИТОГО: | 580 | 71,46 | 671,98 | 26,04 | 21,1 |
| Обед 2 смены 1-4 классы | овощи | 52 | Салат из свеклы отварной | 60 | 5,17 | 98,52 | 1,02 | 3 | 5,07 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 8,20 | 83 | 1,44 | 3,94 | 8,75 |
| | горячее блюдо | 239/331 | Тефтели рыбные 75/25 | 100 | 29,99 | 137,3 | 7,43 | 7,24 | 10,62 |
| | гарнир | 512 | Пюре картофельное | 150 | 17,43 | 137,25 | 3,06 | 4,8 | 20,44 |
| | хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 60 | 3,84 | 143,7 | 4,03 | 0,48 | 26,34 |
| | хлеб чёрн. | ПР | Хлеб рж.-пшеничный | 34 | 2,17 | 79,2 | 2,64 | 0,48 | 15,84 |
| | напиток | 342 | Компот из свежих плодов | 200 | 6,91 | 114,6 | 0,16 | 0,2 | 27,88 |
| | | | ИТОГО: | 804 | 73,71 | 793,57 | 19,78 | 20,14 | 114,94 |

| | | | | | | | | |
|---|---------|------------------------------|-----|--------|--------|-------|-------|--------|
| овощи | 52 | Салат из свеклы отварной | 100 | 8,63 | 101,94 | 2,08 | 7,19 | 14,85 |
| I блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 10,23 | 103,75 | 1,8 | 4,96 | 10,93 |
| горячее блюдо | 239/331 | Тефтели рыбные 75/25 | 100 | 29,99 | 169,45 | 12,41 | 6,09 | 16,19 |
| гарнир | 312 | Пюре картофельное | 180 | 20,87 | 164,7 | 3,68 | 5,77 | 24,53 |
| хлеб белый | ПР | Хлеб пшеничный | 70 | 4,48 | 189 | 5,6 | 1,75 | 37,1 |
| хлеб чёрч. | ПР | Хлеб рж.-пшеничн. | 41 | 2,63 | 96,6 | 2,43 | 0,25 | 21 |
| напиток | 342 | Компот из свежих плодов | 200 | 6,91 | 114,6 | 0,16 | 0,2 | 27,88 |
| | | Кондитерское изделие печенье | 20 | 16,30 | 72 | 1,2 | 6,8 | 12,80 |
| | | ИТОГО ЗА ОБЕД: | 961 | 100,04 | 940,04 | 28,16 | 26,21 | 152,48 |
| Полдник 1-4 классы льготной категории | ПР | Кисломолочный напиток | 200 | 41,38 | 107 | 5,8 | 5 | 9,6 |
| | 446 | Кекс "Столичный" | 100 | 30,08 | 420 | 6,09 | 18,45 | 57,41 |
| | | Кондитерское изделие | 20 | 2,25 | 72 | 1,2 | 6,8 | 12,8 |
| | | ИТОГО: | 320 | 73,71 | 599,0 | 13,09 | 30,25 | 79,81 |
| Полдник 5-11 классы льготной категории | ПР | Кисломолочный напиток | 200 | 41,38 | 107 | 5,8 | 5 | 9,6 |
| | 446 | Кекс "Столичный" | 100 | 30,08 | 420 | 6,09 | 18,45 | 57,41 |
| | | ИТОГО: | 300 | 71,46 | 527 | 11,89 | 23,45 | 67,01 |

Зав. Производством _____

ФИО

Мед.работник _____

ФИО