

Организация АО «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ школа № _____

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата « 27 » января 2025 года

День 1-ый Неделя первая

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	День 1-ый				Углеводы	
				Выход, г	Цена	Калорийность	Белки		Жиры
Завтрак 1-4 классы	молочн. блюдо	174	Каша вязкая молочная рисовая	210	23,81	294	6	10,85	40,16
	гор.напиток	ПР	Блинчики с фруктовым фаршем	70	35,81	149	2,62	4,86	21,5
	хлеб белый	ПР	Какао с молоком	200	16,55	118,6	4,08	3,54	17,58
			Батон нарезной	20	1,88	52,4	1,5	0,6	10,3
			ИТОГО:	508	78,05	614	14,2	19,85	89,54
Завтрак 5-11 льготной категории	молочн. блюдо	174	Каша вязкая молочная рисовая	210	23,81	294	6	10,85	40,16
	гор.напиток	ПР	Блинчики с фруктовым фаршем	57	29,22	149	2,62	4,86	21,5
	хлеб белый	ПР	Какао с молоком	200	16,55	118,6	4,08	3,54	17,58
			Батон нарезной	20	1,88	131	3,75	1,5	25,75
			ИТОГО:	500	71,46	692,6	16,45	20,75	104,99
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	56	Салат овощной	60	7,40	80,28	1,64	4,91	8,72
	горячее блюдо	261/333	Щи из свежей капусты с картофелем	200	9,74	72	1,41	3,96	6,32
	гарнир	309	Печень, тушенная в соусе	45/45	35,34	148,5	12,1	9,43	4,00
	хлеб чёрный	ПР	Макаронные изделия отварные	150	11,71	168,5	5,52	4,52	26,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	64,4	1,62	1,68	14
	напиток	342	Хлеб пшеничный	50	3,40	171,7	4,24	1,33	28,1
			Компот из свежих плодов	200	8,42	114,6	0,16	0,2	27,88
			ИТОГО:	780	78,05	819,98	26,69	26,03	115,42

овощи	56	Салат овощной	100	9,49	92,8	1,4	6	8,26
1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	12,16	90	1,76	4,95	7,9
горячее блюдо	261/333	Печень, тушенная в соусе	50/50	48,38	159	12,66	8,76	3,81
гарнир	309	Макаронные изделия отварные	180	14,11	202,1	6,6	5,42	31,7
хлеб чёрный	ПР	Хлеб ржано-пшеничн.	40	2,72	96,6	2,43	0,25	21
хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	4,76	189	5,6	1,75	37,1
напиток	342	Компот из свежих плодов	200	8,42	114,6	0,16	0,2	27,88
		ИТОГО ЗА ОБЕД:	940	100,04	944,1	30,61	27,33	137,65
Полдник 1-4 классы льготной категории								
мучное блюдо	ПР	Блинчики с начинкой	101	51,50	313,6	6	11,2	27
гор.напиток	382	Какао с молоком	200	16,55	118,6	4,08	3,54	17,58
фрукты	338	Яблоко	100	10,0	96	1,5	0,5	21
		ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	413	78,05	528,2	11,58	15,24	65,58
Полдник 5- 11 классы льготной категории								
мучное блюдо	ПР	Блинчики с начинкой	88	44,91	313,6	6	11,2	27
гор.напиток	382	Какао с молоком	200	16,55	118,6	4,08	3,54	17,58
фрукты	338	Яблоко	100	10,0	96	1,5	0,5	21
		ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	408	71,46	528,2	11,58	15,24	65,58

Зав. Производством _____

ФИО

Мед.работник _____

ФИО