

Организация АО «Школьный комбинат»

МЕНЮ для питания учащихся

МБОУ Гимназия №5

Утверждаю _____

(подпись директора, ФИО)

Дата «27» февраля 2025 года

День 4-ый

Неделя первая

Школа

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	творожное блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5%	150	58,54	277,5	19,29	13,12	20,71
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,06	60	0,07	0,02	15
		2	Бутерброд с джемом или повидлом 20/40	60	7,45	170,18	2,61	4,22	31,34
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	10,00	96	1,5	0,5	21
			ИТОГО:	548	78,05	603,68	23,47	17,86	88,05
Завтрак льготные категории 5-11 классы	творожное блюдо	223	Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5%	135	52,95	277,5	19,29	13,12	20,71
	горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,06	60	0,07	0,02	15
		ПР	Бутерброд с джемом или повидлом 20/40	60	7,45	170,18	2,61	4,22	31,34
	фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	90	9,00	47	0,4	0,4	9,8
			ИТОГО:	520	71,46	554,68	22,37	17,76	76,85
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	52	Салат из свеклы отварной	60	4,62	51,42	1,2	3	5,07
	1 блюдо	103	Суп картофельный макаронными изделиями	200	9,97	95	2,15	2,27	13,96
	2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные	90	29,21	209,45	10,63	12,65	13,96
	гарнир	303	Каша вязкая рисовая	150	9,67	154,05	2,57	4,17	26,57
	хлеб черный	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	30	2,04	64,4	1,62	1,68	14
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	50	2,04	143,1	4,24	1,33	28,1
	напиток	342	Сок фруктовый	180	10,50	84,2	1	0	20,2
	фрукты	338	Фрукты по сезону яблоко	100	10,00	96	1,5	0,5	21
				ИТОГО:	860	78,05	897,62	24,91	25,6

овощи	52	Салат из свежих отварной	100	88	59,1	1,4	5,04	2,57
1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	45,45	118,2	2,68	5,83	17,45
2 блюдо	234	Котлеты или биточки рыбные	100	29,97	266,1	13,39	16,38	16,16
гарнир	312	Пюре картофельное	180	30,00	164,7	3,68	5,77	24,53
хлеб черн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	40	2,31	96,6	2,43	0,25	21
хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	4,76	189	5,6	1,75	37,1
напиток	389	Сок фруктовый	200	11,67	84,2	1	0	20,2
		ИТОГО ЗА ОБЕД:	945	100,04	977,9	30,18	35,02	139,01
творожное		Запеканка из творога с йогуртом м.д.ж 2,5%						
блюдо	223	100/55	155	62,23	277,5	19,29	13,12	20,71
горячий напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,06	60	0,07	0,02	15
хлеб белый	ПР	Батон нарезной	40	3,76	104,8	3	1,2	20,6
фрукты	338	Фрукты в ассортименте* яблоко	100	10,00	96	1,5	0,5	21
		ИТОГО:	540	78,05	538,3	23,86	14,84	77,31

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО