

СОГЛАСОВАНО

Директор

Светлана С. Сидорова

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССОВ

3 д
МЕНЮ НА



ИП Василийев С.А.

Васильев С.А.

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
ЗАВТРАК													
302	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	205	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95	
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25	
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44	
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11	
ИТОГО													
ОБЕД													
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18		1,09	15,5	0,35	
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86	
492	Плов с филе куриным	200	16,2	9,4	37,6	300					19,9	2,91	
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11	
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24	
ИТОГО													
ИТОГО ЗА ДЕНЬ													
		1195	40,87	37,77	170,81	1298,20	0,37	38,80	5,37	11,23	471,67	8,22	

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — 11 КЛАССАХ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
ЗАВТРАК													
302	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	205	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95	
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25	
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44	
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11	
ИТОГО													
ОБЕД													
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18		1,09	15,5	0,35	
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78	
492	Плов с филе куриным	250	20,3	11,8	47	375					24,8	3,6	
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11	
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24	
ИТОГО													
ИТОГО ЗА ДЕНЬ													
		820	25,56	20,81	81,83	722,69	0,18	20,50	2,72	9,31	79,79	7,08	
		1280	44,53	42,97	176,95	1384,92	0,36	27,56	5,34	11,99	472,59	8,83	