

СОГЛАСОВАНО

Директор



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССАХ



Васильев С.А.

№ п/п	ИД	МЕНЮ НА	Наименование блюда	Выход (гр.)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества															
					белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe									
ЗАВТРАК																							
302		Каша молочная пшеница с маслом сливочным		205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28									
685		Чай с сахаром		200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04									
ПР		Сыр порцирами		15	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									
ИТОГО													480,00	19,11	16,13	87,48	575,61	0,21	4,13	0,10	0,37	351,01	2,01
ОБЕД																							
ТТК		Огурец соленый порц.		17	0,13	0,017	0,27	2,26	0,09	0,85	0,005	0,017	3,91	0,102									
110		Борщ на мясном бульоне со сметаной		205	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78									
302		каша рисовая вязкая		180	4,88	8,14	47,83	199,5	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69									
371		Филе минтая тушеное с луком		100	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1									
ПР		Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24									
686		Чай с лимоном		200	1	0,03	14,99	56,85															
ИТОГО													762,00	19,93	15,60	80,55	559,65	0,30	11,40	0,32	6,75	75,11	3,91
ИТОГО ЗА ДЕНЬ													1242,00	39,04	31,73	168,03	1135,26	0,51	15,53	0,42	7,12	426,12	5,92
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ																							
ЗАВТРАК																							
302		Каша молочная пшеница с маслом сливочным		205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28									
685		Чай с сахаром		200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04									
ПР		Сыр порцирами		15	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									
ИТОГО													480,00	19,11	16,13	87,48	575,61	0,21	4,13	0,10	0,37	351,01	2,01
ОБЕД																							
ТТК		Огурец соленый порц.		30	0,24	0,03	0,48	4	0,01	1,5	0,01	0,03	6,9	0,18									
110		Борщ на мясном бульоне со сметаной		255	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78									
302		каша рисовая вязкая		200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69									
371		Филе минтая тушеное с луком		100	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1									
686		Чай с лимоном		200	3,12	0,36	12,48	98	0,02			0,02	4	0,22									
ПР		Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24									
ИТОГО													845,00	23,78	18,65	94,19	669,04	0,24	12,05	0,32	6,78	82,10	4,21
ИТОГО ЗА ДЕНЬ													1325,00	42,89	34,78	181,67	1244,65	0,45	16,18	0,42	7,15	433,11	6,22