


СОГЛАСОВАНО

Директор


ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ


 И.О. Васильев С.А.
 Васильев С.А.

П/Д	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			ккал	Витамины и минеральные вещества											
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Fe						
	ЗАВТРАК																	
160	Суп молочный с макаронными изделиями со сл маслом	205	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52						
958	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38										
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						
	ИТОГО	475,00	17,95	18,67	67,63	514,41	0,21	2,72	0,11	0,89	357,44	2,21						
	ОБЕД																	
13	Салат из свежеты отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8						
142	Рассолыник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметы	205	2,25	2,23	16,73	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86						
302	Греча вязкая	150	5,33	4,35	19,95	140,48	0,08		0,053	0,55	14,49	4,65						
ТТК	Филе куриное в томатном соусе	80	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941						
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,12	0,36	12,48	98	0,02			0,02	4	0,22						
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04						
	ИТОГО	725,00	23,19	14,70	71,24	538,30	0,24	27,33	0,32	5,28	63,21	7,51						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1200,00	41,14	33,37	138,87	1052,71	0,45	30,05	0,43	6,17	420,65	9,72						

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества												
		белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe						
ЗАВТРАК																	
160	Суп молочный с макаронными изделиями со сл мас	205	7,62	13,3	32,5	280,9	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52					
958	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38									
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001			0,1	2,4	0,02					
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,44	95,2	0,04			0,04	8	0,44					
	ИТОГО	445	11,28	20,97	60,65	475,20	0,20	2,55	45,05	0,86	139,84	1,98					
	ОБЕД																
13	Салат из свежеты отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8					
142	Рассолыник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметы	255	2,5	2,48	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86					
302	Греча вязкая	200	7,1	5,8	26,6	187,3	0,08		0,053	0,55	14,49	4,65					
ТТК	Филе куриное в томатном соусе	80	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941					
ПР	Хлеб пшеничный	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24					
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04					
	ИТОГО	855,00	24,91	16,64	70,19	637,51	0,26	27,33	0,32	9,29	88,10	9,53					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1300,00	36,19	37,61	130,84	1112,71	0,46	29,88	45,37	10,15	227,94	11,51					