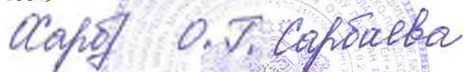


СОГЛАСОВАНО

Директор




## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 1 — 4 КЛАССАХ

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	16,36	200/5	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
378**	Чай с молоком	6,85	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02		120	0,1
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480</b>	<b>18,96</b>	<b>16,65</b>	<b>89,11</b>	<b>604,49</b>	<b>0,12</b>	<b>2,63</b>	<b>0,12</b>	<b>0,38</b>	<b>459,49</b>	<b>1,28</b>
	<b>ОБЕД</b>												
78*	Икра из моркови	6,14	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	12,52	200	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
516*	Макароны отварные	11,56	150	5,37	4,68	32,39	196,87	0,05		0,02	0,83	4,06	0,81
388*	Котлеты рыбные с соусом	27,78	70/30	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6
638*	Компот из изюма	6,00	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
	Хлеб ржаной	4,00	40	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>750</b>	<b>19,83</b>	<b>24,87</b>	<b>131,72</b>	<b>710,47</b>	<b>0,20</b>	<b>65,79</b>	<b>0,78</b>	<b>6,80</b>	<b>123,81</b>	<b>8,54</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1230,00</b>	<b>38,79</b>	<b>41,52</b>	<b>220,83</b>	<b>1314,96</b>	<b>0,32</b>	<b>68,42</b>	<b>0,90</b>	<b>7,18</b>	<b>583,30</b>	<b>9,82</b>

## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ

	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	16,36	200/5	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
378**	Чай с молоком	6,85	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02		120	0,1
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480</b>	<b>18,96</b>	<b>16,65</b>	<b>89,11</b>	<b>604,49</b>	<b>0,12</b>	<b>2,63</b>	<b>0,12</b>	<b>0,38</b>	<b>459,49</b>	<b>1,28</b>
	<b>ОБЕД</b>												
78*	Икра из моркови	6,14	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	16,37	250	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
516*	Макароны отварные	13,71	200	7,2	6,53	43,73	262,4	0,08	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94

388*	Котлеты рыбные с соусом	27,78	70/30	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6
638*	Компот из изюма	6,00	200	1,08	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>870</b>	<b>17,32</b>	<b>29,18</b>	<b>148,64</b>	<b>825,30</b>	<b>0,26</b>	<b>78,13</b>	<b>0,99</b>	<b>8,06</b>	<b>184,04</b>	<b>9,47</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>110,00</b>	<b>1350</b>	<b>1,64</b>	<b>45,83</b>	<b>237,75</b>	<b>1429,79</b>	<b>0,38</b>	<b>80,76</b>	<b>1,11</b>	<b>8,44</b>	<b>643,53</b>	<b>10,75</b>

\* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Ланшиной «Хлебпродинформ М-2004»

\*\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делприи, 2005,628 с.»