

Директор

СОГЛАСОВАНО

Сараф
О. Т. Сарбаева

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ

МЕНЮ НА 2 день



ВЕРЖДАЮ

Васильев С.А.

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
ЗАВТРАК													
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	17,44	200/5	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
692*	Кофейный напиток	7,70	200	2,8	2,4	20	112		1,38				
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
	ИТОГО	36,00	475,00	14,54	22,25	79,18	569,51	0,20	2,55	45,05	0,86	139,84	1,98
ОБЕД													
13*	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	5,16	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8
124*	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сме	15,95	200/5	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	40,12	200/25	12,6	6,5	19	377	0,2	12,69		4,8	41,53	3,09
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
пр	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	68,00	750,00	17,95	15,69	50,61	713,67	0,31	41,71	2,70	14,88	117,32	6,87
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	104,00	1225,00	32,49	37,94	129,79	1283,18	0,51	44,26	47,75	15,74	257,16	8,85

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
ЗАВТРАК													
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	17,44	200/5	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
692*	Кофейный напиток	7,70	200	2,8	2,4	20	112		1,38				
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
	ИТОГО	36,00	475,00	14,54	22,25	79,18	569,51	0,20	2,55	45,05	0,86	139,84	1,98
ОБЕД													
13*	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	5,16	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8
124*	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сме	16,74	2050/5	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	45,33	250/25	13,6	7,02	20,52	460,7						
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
пр	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	74,00	850,00	19,33	17,44	53,75	817,31	0,11	29,02	2,70	10,08	75,79	3,78

	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	110	1325	33,87	39,69	132,93	1386,82	0,31	31,57	47,75	10,94	215,63	5,76
--	----------------------	-----	------	-------	-------	--------	---------	------	-------	-------	-------	--------	------

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

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