

СОГЛАСОВАНО
Директор

Резь
О.Т. Савицкая

УТВЕРЖДАЮ
ВАСИЛЬЕВ
СЕРГЕЙ
Александрович
Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССАХ
МЕНЮ НА 7 ДЕНЬ

СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
333*	Макаронны отварные с сыром и маслом сливочным	215/10/5	10,28	9,77	29,3	247,83	0,05	0,14	0,074	0,87	68,9	0,92
693*	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	ИТОГО	490,00	18,87	13,57	84,91	529,43	0,13	1,44	0,09	0,92	202,02	2,34
78*	Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
133*	Суп рыбный с консервами	200	7	7,2	6,2	117,8		9,11			45,3	1,27
492*	Плов с куриным филе	150/80	16,2	9,4	37,6	300					19,9	2,91
685*	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	730,00	27,20	19,69	64,97	649,95	0,08	11,57	0,01	4,16	107,97	7,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1220,00	46,07	33,26	149,88	1179,38	0,21	13,01	0,10	5,08	309,99	9,56
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	104-00										

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

	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
333*	Макаронны отварные с сыром и маслом сливочным	215/10/5	10,28	9,77	29,3	247,83	0,05	0,14	0,074	0,87	68,9	0,92
693*	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	ИТОГО	490,00	18,87	13,57	84,91	529,43	0,13	1,44	0,09	0,92	202,02	2,34
78*	Икра из моркови	100	1,8	4,1	9,3	82,16	0,06	4,1	0,01	0,21	47,28	1,33
133*	Суп рыбный с консервами	250	8,75	9	7,75	130,5		9,11			45,3	1,27
492*	Плов с куриным филе	180/100	20,3	11,8	47	375					19,9	2,91
685*	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
ПР	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85						

	ИТОГО	890,00	33,77	25,53	79,64	770,51	0,10	13,21	0,01	4,24	126,88	7,75
	ИТОГО ЗА ДЕ	1380,00	52,64	39,10	164,55	1299,94	0,23	14,65	0,10	5,16	328,90	10,09
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	110-00										

* Сборник рецентур блгод и кучинариных издевий при образовательных школах под редакцией В.Т. Данишиной «Хлебродиформ М-2004»
 **Сборник рецентур блгод и кучинариных издевий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делитри, 2005,628 с.»