

СОГЛАСОВАНО
Директор

С.И. Васильев
С.С. Васильев



УТВЕРЖДАЮ
ИП Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССАХ
МЕНЮ НА 12 дней

СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
302*	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	225/5	6,82	10,48	46,72	319,8	0,16	1,08	0,066	0,19	122,4	1,29	
648*	Кисель ягодный из концентрата	200			14	52,6	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04	
96*	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02	
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44	
	ИТОГО	500,00	11,70	18,33	90,65	577,10	0,21	2,08	49,07	0,53	133,00	1,79	
	ОБЕД												
39*	Салат витаминный	60	0,78	4,44	4,68	60,6	0,024	8,7		0,3	27,3	0,6	
149*	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	200/10	1,57	4,87	10,71	138,5	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94	
443**	Капуста тушеная	160	2,56	0,32	5,36	83,3	0,048	92	0,001	0,16	76,8	0,96	
498*	Котлета куриная припущенная	100	7,3	9,6	5,4	178	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12	
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24	
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11	
	ИТОГО	790,00	15,23	19,83	46,55	663,40	0,19	116,65	2,71	10,50	204,16	5,97	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1290,00	26,93	38,16	137,20	1240,50	0,40	118,73	51,78	11,03	337,16	7,76	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	104-00											

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
302*	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	225/5	6,82	10,48	46,72	319,8	0,16	1,08	0,066	0,19	122,4	1,29
648*	Кисель ягодный из концентрата	200			14	52,6	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
96*	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	ИТОГО	500	11,70	18,33	90,65	577,10	0,21	2,08	49,07	0,53	133,00	1,79
	ОБЕД											
39*	Салат витаминный	100	1	7,4	7,8	101	0,04	14,5		0,5	45,5	1
149*	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	250/12	1,96	6,08	13,58	173,1	0,05	12,35	0,27	2,45	44,9	1,17
443**	Капуста тушеная	200	3,2	0,4	6,7	98,6	0,06	115	0,001	0,2	96	1,2

498*	Котлета куриная припущенная	120	8,76	11,52	6,48	213,6	0,03	0,94	0,01	1,86	51,15	1,34
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
	ИТОГО	942,00	18,24	26,00	54,74	789,30	0,23	148,07	2,77	11,53	259,06	7,06
		1442,00	29,94	44,33	145,39	1366,40	0,44	150,15	51,84	12,06	392,06	8,85
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб 110-00											

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

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