

СОГЛАСОВАНО

Директор

Светлана

РАСШИРЕННАЯ
СЕРТИФИКАЦИЯ
АЛЕКСАНДРОВИЧ
ИГОРЬ ВАСИЛЬЕВ С.А.



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССОВ
МЕНЮ НА 3 ДЕНЬ

СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества																
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe											
ЗАВТРАК																							
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	225/5	9,04	1714	50,07	392,2	0,13	1,77	0,07	0,28	173,45	1,04											
96*	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											
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11											
ИТОГО													500	19,79	1720,57	99,67	697,80	0,19	7,22	2,62	2,70	408,56	1,84
ОБЕД																							
42**	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18		1,09	15,5	0,35											
140*	Суп с макаронными изделиями на курином булье	200/10	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86											
492*	Плов с филе куриным	150/80	16,2	9,4	37,6	300				19,9	2,91												
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11											
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24											
ИТОГО													760	21,90	15,61	75,69	635,97	0,19	31,74	2,75	8,55	78,87	6,47
ИТОГО ЗА ДЕНЬ													1260	41,69	1736,18	175,36	1333,77	0,38	38,96	5,37	11,25	487,43	8,31
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																
ЗАВТРАК			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe											
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	225/5	9,04	1714	50,07	392,2	0,13	1,77	0,07	0,28	173,45	1,04											
96*	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											
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11											
ИТОГО													500	19,79	1720,57	99,67	697,80	0,19	7,22	2,62	2,70	408,56	1,84
42**	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	100	0,71	5,64	1,43	59,01	0,078	15,3		1,81	25,8	0,58											
140*	Суп с макаронными изделиями на курином булье	250/12	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78											

