

СОГЛАСОВАНО
Директор

Савилов

С.Г. Савилов



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

МЕНЮ НА 4 день



УТВЕРЖДАЮ
ВАСИЛЬЕВ СЕРГЕЙ
АЛЕКСАНДРОВИЧ
Васильев С.А.

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 пшенная 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		
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		
79**	Чай черный с яблочным соком	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20	100			0,58		
	ИТОГО	500,00	12,2	28,53	100,75	618,5	0,341	21,08	145,066	0,33	132,8	2,33		
ОБЕД														
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	200	4,11	4,27	15,6	118,63	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	1,64		
19**	Салат из помидор с маслом	60	0,48	2,28	2,40	29,20	1,56	12,00	5,28	6,36	1,08	0,24		
508*	Речка отварная расщипатая	150	5,33	4,35	19,95	140,5	0,08		0,053	0,55	14,49	4,65		
498*	Биточки из куринного филе	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44	1,96		
631*	Компот из яблок	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	770,00	32,54	25,03	57,64	702,18	1,941	22,98	5,893	12,9	73,19	10,73		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1270	44,74	53,56	158,39	1320,68	2,28	44,06	150,96	13,23	205,99	13,06		
	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		
ЗАВТРАК														
302*	Каша молочная пшенная 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		
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		
79**	Чай черный с яблочным соком	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20	100			0,58		
	ИТОГО	500	12,2	28,53	100,75	618,5	0,341	21,08	145,066	0,33	132,8	2,33		
ОБЕД														
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	5,13	4,74	19,5	148,29	0,18	10,98	0,21	1,96	27,78	1,64		
19**	Салат из помидор с маслом	100	0,8	3,8	4	48,8	2,6	20,00	8,8	10,6	1,8	0,4		

508*	Речка отварная рассыпчатая	200	6,76	1,24	39,88	184	0,1		0,07	0,1	19,32	6,2
498*	Быточки из куриного филе	120	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44	1,96
631*	Компот из яблок	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	930	35,31	23,91	83,07	794,94	3,00	30,98	9,42	16,69	78,74	12,44
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1430	47,51	52,44	183,82	1413,44	3,34	52,06	154,49	17,02	211,54	14,77
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	110-00										

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

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