

СОГЛАСОВАНО
Директор



УТВЕРЖДАЮ
ИП Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 - 11 КЛАССОВ

МЕНЮ НА 8 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 рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	220/5	5,88	6	31,89	339,44	0,08	1,31	0,09	0,3	129,08	0,56
79**	Чай черный с яблочным соком	200	40	10,2	13,8	23	0,14	20	100		990	164
97*	Сыр порциями	15	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
	ИТОГО	500,00	56,43	22,77	75,49	591,04	0,27	21,48	100,15	0,47	1347,08	165,25
	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 бульоне	200/10	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
436*	Жаркое из говядины	150/80	14,06	33,71	18,95	377	0,42	7,73	0,42		32,79	3,45
ТТК	Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	4,6	8	0,04	6,6	0,12
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	760,00	19,72	61,92	37,28	719,37	0,66	38,79	8,68	6,34	91,25	7,02
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1260,00	76,15	84,69	112,77	1310,41	0,93	60,27	108,83	6,81	1438,33	172,27
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб 104,00											

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 - 11 КЛАССОВ

	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества					
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
302*	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	220/5	5,88	6	31,89	339,44	0,08	1,31	0,09	0,3	129,08	0,56
79**	Чай черный с яблочным соком	200	40	10,2	13,8	23	0,14	20	100		990	164
97*	Сыр порциями	15	0,18	0,18	19,42	77	0,02	7,49	0,01	0,01	7,56	1,04
ПР	Хлеб пшеничный	60	3,02	0,32	19,44	95,2	0,04			0,04	8	0,44
	ИТОГО	500,00	9,08	6,50	70,75	511,64	0,14	8,80	0,10	0,35	144,64	2,04
	ОБЕД											
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 бульоне	250/12	2,81	2,79	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
436*	Жаркое из говядины	180/100	18,75	44,95	25,27	460,7	0,42	7,73	0,42		32,79	3,45

ТТК	Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	4,6	8	0,04	6,6	0,12
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	902,00	25,25	75,98	48,25	851,06	0,69	44,91	8,68	7,06	101,55	7,25
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1402,00	34,33	82,48	119,00	1362,70	0,83	53,71	8,78	7,41	246,19	9,29
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	110-00										

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при обслуживании школьников под редакцией В.Т. Лапшиной «Хлебродинформ М-2004»

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