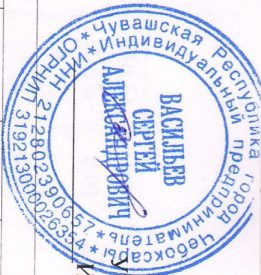


СОГЛАСОВАНО
Директор

Савой

С.Г. Васильев



УТВЕРЖДАЮ
ИП Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ

МЕНЮ НА 6 дней

SR	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
302*	Каша молочная овсяная	225/5	6,97	10,7	47,79	327,1	0,16	1,11	0,06	0,2	125,2	1,3
648*	Кисель ягодный из концентрата	200			14	52,4	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	11,85	18,55	91,72	584,20	0,21	2,11	49,06	0,54	135,80	1,80
ОБЕД												
39*	Салат витаминный	60	0,78	4,44	4,68	60,6	0,024	8,7		0,3	27,3	0,6
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сме	200/5	2,25	2,23	16,73	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302*	Каша пшениная	150	8,38	6,1	41,26	257,86	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45
498*	Котлета куриная припущенная	100	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12
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	775,00	21,63	23,00	83,66	737,87	0,38	26,77	0,28	7,66	120,70	9,27
	ИТОГО 34 ДЕНЬ	1275,00	33,48	41,55	175,38	1322,07	0,59	28,88	49,34	8,20	256,50	11,07
	ИТОГО 34 ДЕНЬ, руб	104-00										

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 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 овсяная	225/5	6,97	10,7	47,79	327,1	0,16	1,11	0,06	0,2	125,2	1,3
648*	Кисель ягодный из концентрата	200			14	52,4	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	11,85	18,55	91,72	584,20	0,21	2,11	49,06	0,54	135,80	1,80
ОБЕД												
39*	Салат витаминный	100	1	7,4	7,8	101	0,04	14,5		0,5	45,5	1
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сме	250/5	2,5	2,48	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86

302*	Каша пшеничная	200	9,3	6,78	45,84	286,51	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45
498*	Колбета куриная припущенная	120	8,76	11,52	6,48	213,6	0,03	0,94	0,01	1,86	51,15	1,34
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	935,00	24,78	28,81	96,62	905,91	0,40	32,72	0,29	8,16	147,42	9,89
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1435	36,63	47,36	188,34	1490,11	0,611	34,83	49,35	8,7	283,22	11,69
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	110-00										

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебродинформ М-2004»

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