

СОГЛАСОВАНО
Директор

Сыров



УТВЕРЖДАЮ
Васильев С.А.
И.П. Васильев С.А.



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ

SR	МЕНЮ НА 11 день	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества								
					белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe		
ЗАВТРАК																
160*	Суп молочный с макаронными изделиями со сл мас		19,44	220	7,54	13,2	32,17	278,09	0,17	1,28	0,055	0,79	142,38	1,67		
692*	Кофейный напиток		7,70	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38						
96*	Масло сливочное		6,75	10	5,75	5,97		66,1	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25		
ПР	Хлеб пшеничный		2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44		
	ИТОГО		36,00	490,00	18,63	19,87	70,55	515,79	0,22	2,83	0,12	0,96	370,38	2,36		
ОБЕД																
13*	Салат из свежеслы отварной с маслом растительным		5,16	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8		
142*	Рассолыник по-Ленинградски на мясном бульоне со		19,00	200/5	2,25	2,23	16,73	135,3	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86		
302*	Реча вязкая		6,59	150	5,33	4,35	19,95	140,48	0,08		0,053	0,55		4,65		
493*	Филе куриное в томатном соусе		32,37	100(70/30)	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941		
ПР	Хлеб пшеничный		2,11	60	3,12	0,36	12,48	126	0,02	2,8		0,02	4	0,22		
685*	Чай с сахаром		2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19				0,01	2,8	0,04		
ПР	Печенье		5,00	26	1,98	4,5	17,24	117,52	0,017		0,02	0,77	6,38	0,46		
	ИТОГО		73,00	801,00	25,17	19,20	88,48	721,56	0,26	27,33	0,34	6,05	69,59	7,97		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		109,00	1291,00	43,80	39,07	159,03	1237,35	0,48	30,16	0,45	7,01	439,97	10,33		
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ																
	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe			
ЗАВТРАК																
160*	Суп молочный с макаронными изделиями со сл мас	19,44	220	7,54	13,2	32,17	278,09	0,17	1,28	0,055	0,79	142,38	1,67			
692*	Кофейный напиток	7,70	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38							
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02			
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	3,04	0,32	19,44	138,6	0,04			0,04	8	0,44			
	ИТОГО	36,00	490	11,20	20,87	60,32	515,79	0,21	2,66	45,06	0,93	152,78	2,13			
13*	Салат из свежеслы отварной с маслом растительным	6,16	100	1,35	6,06	7,86	89,8	0,016	9,5		2,73	0,35	1,33			
142*	Рассолыник по-Ленинградски на мясном бульоне со	20,35	250/5	2,5	2,48	20,91	154,01	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86			

302*	Реча вязкая	8,13	200	7,1	5,8	26,6	187,3	0,08		0,053	0,55	14,49	4,65
493*	Филе куриное в томатном соусе	32,37	100(70/30)	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941
Пр	Хлеб пшеничный	4,22	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04
	ИТОГО	74,00	915,00	25,45	19,05	73,33	705,46	0,27	31,13	0,32	10,38	67,36	10,06
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	110,00	1405,00	36,65	39,92	133,65	1221,25	0,48	33,79	45,37	11,31	220,14	12,19

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

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