

СОГЛАСОВАНО
Директор

Савель



ВАСИЛЬЕВ УТВЕРЖДАЮ
ИТ Васильев С.А.
АЛЕКСАНДРОВИЧ

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ
МЕНЮ НА 12 день

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	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	22,71	225/5	6,82	10,48	46,72	319,8	0,16	1,08	0,066	0,19	122,4	1,29	
648*	Кисель ягодный из концентрата	4,43	200			14	52,6	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04	
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	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44	
	ИТОГО	36,00	500,00	11,70	18,33	90,65	577,10	0,21	2,08	49,07	0,53	133,00	1,79	
ОБЕД														
39*	Салат витаминный	10,94	60	0,78	4,44	4,68	60,6	0,024	8,7		0,3	27,3	0,6	
149*	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	12,52	200	1,57	4,87	10,71	138,5	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94	
443**	Капуста тушеная	8,50	160	2,56	0,32	5,36	83,3	0,048	92	0,001	0,16	76,8	0,96	
498*	Коллета куриная припущенная с соусом	29,27	100(60/40)	7,3	9,6	5,4	178	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12	
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24	
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11	
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	806,00	17,21	24,33	63,79	780,92	0,21	116,65	2,73	11,27	210,54	6,43	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	109,00	1306,00	28,91	42,66	154,44	1358,02	0,42	118,73	51,80	11,80	343,54	8,22	
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ														
СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	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	22,71	225/5	6,82	10,48	46,72	319,8	0,16	1,08	0,066	0,19	122,4	1,29	
648*	Кисель ягодный из концентрата	4,43	200			14	52,6	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04	
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	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44	
	ИТОГО	36,00	500	11,70	18,33	90,65	577,10	0,21	2,08	49,07	0,53	133,00	1,79	
ОБЕД														
39*	Салат витаминный	12,74	100	1	7,4	7,8	101	0,04	14,5		0,5	45,5	1	
149*	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	16,37	250	1,96	6,08	13,358	173,1	0,05	12,35	0,27	2,45	44,9	1,17	
443**	Капуста тушеная	9,65	200	3,2	0,4	6,7	98,6	0,06	11,5	0,001	0,2	96	1,2	

498*	Котлета куриная припущенная с соусом	28,47	100(60/40)	7,3	9,6	5,4	178	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
	ИТОГО	74,00	910,00	16,78	24,08	53,66	753,70	0,23	147,92	2,76	11,23	250,54	6,84
		110,00	1410,00	28,48	42,41	144,31	1330,80	0,44	150,00	51,83	11,76	383,54	8,63

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

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