

Директор

СОГЛАСОВАНО  
  
 СОШ № 21



**ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗАЦИОННОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ**

МЕНЮ НА 2 день



УТВЕРЖДАЮ  
 ИИЦ Васильев С.А.

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>															
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	17,44	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	2,8	2,4	20	112		1,38						
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44		
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02		
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>490,00</b>	<b>15,22</b>	<b>23,45</b>	<b>82,10</b>	<b>594,79</b>	<b>0,21</b>	<b>2,66</b>	<b>45,06</b>	<b>0,93</b>	<b>152,78</b>	<b>2,13</b>		
<b>ОБЕД</b>															
13*	Салат из свежлы 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		
124*	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сме	15,95	200/5	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63		
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	40,12	225	12,6	6,5	19	377	0,2	12,69		4,8	41,53	3,09		
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	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		0,02	4,03	14,4	2,24		
	Пененье	5,00	26	1,98	4,5	17,24	117,52	0,017		0,02	0,77	6,38	0,46		
	<b>ИТОГО</b>	<b>73,00</b>	<b>776,00</b>	<b>19,93</b>	<b>20,19</b>	<b>67,85</b>	<b>831,19</b>	<b>0,33</b>	<b>41,71</b>	<b>2,72</b>	<b>15,65</b>	<b>123,70</b>	<b>7,33</b>		
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>109,00</b>	<b>1266,00</b>	<b>35,15</b>	<b>43,64</b>	<b>149,95</b>	<b>1425,98</b>	<b>0,54</b>	<b>44,37</b>	<b>47,78</b>	<b>16,58</b>	<b>276,48</b>	<b>9,46</b>		

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 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		
<b>ЗАВТРАК</b>															
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	17,44	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	2,8	2,4	20	112		1,38						
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44		
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02		
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>490,00</b>	<b>15,22</b>	<b>23,45</b>	<b>82,10</b>	<b>594,79</b>	<b>0,21</b>	<b>2,66</b>	<b>45,06</b>	<b>0,93</b>	<b>152,78</b>	<b>2,13</b>		
<b>ОБЕД</b>															
13*	Салат из свежлы отварной с маслом растительным	6,16	100	1,35	6,06	7,86	89,8	0,016	9,5		2,73	0,35	4,33		
124*	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сме	16,74	250/5	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63		
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	44,33	275	13,6	7,02	20,52	460,7								
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	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24		



	ИТОГО	74,00	890,00	19,87	19,85	56,89	853,20	0,12	32,82	2,70	11,17	55,05	4,31
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	110	1380	35,09	43,30	138,99	1447,99	0,33	35,48	47,76	12,10	207,83	6,44

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

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