

СОГЛАСОВАНО

Директор

*Медвед**О. Т. Савельева*

УТВЕРЖДАЮ

ВАСИЛЬЕВ С.А.

Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ

МЕНЮ НА

Наименование блюда

Выход (гр)

Пищевая ценность

Белки

Жиры

Углеводы

ккал

В1

С

А

Е

Са

Fe

ЗАВТРАК

302 Каша молочная рисова с маслом слив.

945 Чай с молоком

ПР Хлеб пшеничный

СП Масло сливочное

ИТОГО**ОБЕД**

50 Салат из свеклы с сыром

124 Щи из свежей капусты на курином бульо

492 Плов с филе куриным

638 Компот из изюма

ПР Хлеб ржаной

ИТОГО**ИТОГО ЗА ДЕНЬ**

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ

Наименование блюда

Выход (гр)

Пищевая ценность

Белки

Жиры

Углеводы

ккал

В1

С

А

Е

Са

Fe

ЗАВТРАК

302 Каша молочная рисова с маслом слив.

945 Чай с молоком

ПР Хлеб пшеничный

СП Масло сливочное

ИТОГО**ОБЕД**

50 Салат из свеклы с сыром

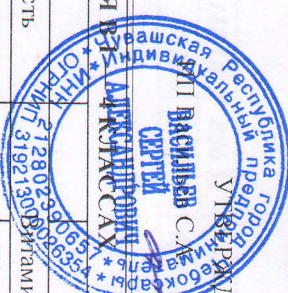
124 Щи из свежей капусты на курином бульо

492 Плов с филе куриным

638 Компот из изюма

ПР Хлеб ржаной

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества										
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe					
	ЗАВТРАК																
	302 Каша молочная рисова с маслом слив.	205	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49					
	945 Чай с молоком	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02	0	120	0,1					
	ПР Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	0	0	0,04	8	0,44					
	СП Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001	0	45	0,1	2,4	0,02					
	ИТОГО	475	13,29	17,93	89,24	580,59	0,11	2,46	45,06	0,35	241,89	1,05					
	ОБЕД																
	50 Салат из свеклы с сыром	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,6	0	1,64	21,09	0,7					
	124 Щи из свежей капусты на курином бульо	205	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63					
	492 Плов с филе куриным	200	27,3	8,1	33,2	314,6	0,008	2,36	147	0	20	2					
	638 Компот из изюма	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69					
	ПР Хлеб ржаной	40	2,34	0,27	0	73,5	0	0	0	0	0	0					
	ИТОГО	705	38,47	27,81	108,18	787,77	0,10	29,48	147,25	3,94	77,76	4,02					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1180,00	51,76	45,74	197,42	1368,36	0,21	31,94	192,31	4,29	319,65	5,07					

*Человек*

	HTOTO	825	40,13	31,04	118,10	886,51	0,20	30,12	184,05	3,94	80,76	4,52
		1270	50,14	48,53	187,26	1375,8	0,311	32,58	229,11	4,27	318,65	5,35