

СОГЛАСОВАНО

Директор

С.С. Сербасова

И.И. Васильев С.А.
И.И. Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ

СБ	МЕНЮ НА	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 овсяная	22,71	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18							
686		Чай с лимоном	4,43	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	0,4							
СП		Масло сливочное	6,75	10	5,75	5,97	0	90	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	0	0,04	8	0,44							
	ИТОГО				475,00	16,91	16,26	100,15	628,33	0,21	2,76	0,12	0,51	343,31	2,27						
	ОБЕД																				
13		Салат из свежесы отварной с маслом	5,16	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8							
140		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	15,95	205	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63							
302		Рис отварной	10,26	150	4,88	8,14	47,83	199,5	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69							
388		Котлеты рыбные с соусом	27,78	100	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6							
639		Компот из сухофруктов	4,85	200	0,36	0	28,06	108,83	0,03	0	0	0,1	15,87	0,6							
ПР		Хлеб ржаной	4,00	60	3,12	0,36	12,48	98	0,02	0	0	0,02	4	0,22							
	ИТОГО				775,00	14,74	21,29	107,63	624,06	0,19	34,97	0,75	5,01	95,73	3,54						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				104,00	1250,00	31,65	37,55	207,78	1252,39	0,40	37,73	0,87	5,52	439,04	5,81					

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																				
302	Каша молочная овсяная	22,71	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18								
686	Чай с лимоном	4,43	200	0,16	0,16	27,87	108,97	0,01	1,6	0	0,16	4	0,4								
СП	Масло сливочное	6,75	10	5,75	5,97	0	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25								
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	30	3,04	0,32	12,44	95	0,02	0	0	0,02	4	0,22								
	ИТОГО				36,00	445,00	15,15	15,98	82,79	0,19	2,76	0,12	0,49	339,31	2,05						
	ОБЕД																				
13	Салат из свежесы отварной с маслом	8,28	80	1,1	5,9	4,8	76	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8								
140	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	16,23	255	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63								
302	Рис отварной	12,86	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69								
388	Котлеты рыбные с соусом	27,78	100	4,05	4,2	8,05	84,05	0,05	7,65	0,5	0,95	18,1	0,6								
639	Компот из сухофруктов	4,85	200	0,57		32,21	126,05					0									
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	3,12	0,36	12,48	98	0,02	0	0	0,02	4	0,22								
	ИТОГО				74,00	895,00	17,24	27,48	129,42	0,16	34,87	0,75	4,91	79,86	2,94						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ				110,00	1340,00	32,39	43,46	212,21	1334,54	0,35	37,63	0,87	5,40	419,17	4,99					

98