

ИП Барракова О.В.



Утверждаю

Директор *М.И. Мухоморова*

МОУ *Средняя общеобразовательная школа №1*

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ *Средняя общеобразовательная школа №1*

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша вязкая молочная рисовая №174 | 150 | 4,2 | 7,2 | 30,5 | 205,1 | 174 |
| Сыр (порциями) №15 | 30 | 6,6 | 8,7 | 0,0 | 105,9 | 15 |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,1 | 0,0 | 14,8 | 59,3 | 376 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | |
| Итого за прием пищи: | | 14,6 | 16,2 | 69,6 | 485,1 | |
| Обед | | | | | | |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60 | 1,3 | 0,4 | 7,7 | 37,0 | |
| Суп картофельный с горохом №102 | 200 | 4,6 | 4,4 | 15,2 | 117,8 | 102 |
| Котлеты рубленые из птицы №294 | 80/5 | 13,0 | 17,4 | 12,2 | 256,5 | 294 |
| Макаронные изделия отварные с маслом №203 | 150/7 | 5,5 | 5,7 | 33,3 | 206,4 | 203 |
| Компот из смеси сухофруктов №349 | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 349 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | |
| Хлеб пеклеваный | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | |
| Итого за прием пищи: | | 29,3 | 28,4 | 119,6 | 846,4 | |
| Всего: | | 43,9 | 44,6 | 189,2 | 1 331,5 | |

Зав производством _____ *AP*

8.12
05.04.2021г.

ИП Батракова О.В.

Утверждаю

Директор

МОУ СОШ № 1

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ СОШ № 1

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | |
|---|--------------|------------------|-------------|-------------------------------|----------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | | | Углеводы, г |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша вязкая молочная рисовая №174 | 200 | 5,6 | 9,8 | 40,6 | 273,2 | 174 |
| Сыр (порциями) №15 | 30 | 6,6 | 8,7 | 0,0 | 105,9 | 15 |
| Чай с сахаром №376 | 200/15 | 0,1 | 0,0 | 14,8 | 59,3 | 376 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | |
| Итого за прием пищи: | | 16,0 | 18,8 | 79,7 | 553,2 | |
| Обед | | | | | | |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 100 | 2,2 | 0,6 | 12,8 | 61,6 | |
| Суп картофельный с горохом №102 | 250 | 5,8 | 5,4 | 19,0 | 147,3 | 102 |
| Котлеты рубленые из птицы №294 | 100/5 | 16,2 | 20,7 | 15,1 | 312,1 | 294 |
| Макаронные изделия отварные с маслом №203 | 180/8 | 6,6 | 6,9 | 39,9 | 247,6 | 203 |
| Компот из смеси сухофруктов №349 | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 349 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | |
| Хлеб пеклеванный | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | | 36,3 | 34,2 | 142,2 | 1 017,1 | |
| Всего: | | 52,3 | 53,0 | 221,9 | 1 570,3 | |

Зав производством

[Handwritten signature]

05.04.2021г.

