

МБОУ «Мазанская школа»

Утверждаю _____ И.Ю. Мусинова

Дата: _____

День 1

Ежедневное меню

Возрастная категория: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Блины со сгущенным молоком	160	11,80	14,16	44,99	347,20
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,65	94,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого завтрак:	500	15,2	14,88	81,43	516,13
Стоимость: 85,55 руб.						
Обед	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,06	1,95	40,61
	Суп с крупой	200	1,57	2,17	9,69	68,60
	Котлета (биточки) рыбные	100	10,63	12,64	13,07	209,45
	Каша гречневая	150	4,00	4,24	24,55	152,40
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
	Итого обед:	780	22,2	25,5	86,7	648,2
Стоимость 100,00 руб.						

Возрастная категория: 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Блины со сгущенным молоком	160	11,80	14,16	44,99	347,20
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,65	94,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого завтрак:	500	15,2	14,9	81,4	516,1
Стоимость: 90,00 руб.						
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	3,25	67,68
	Суп с крупой	250	1,96	2,71	12,11	85,75
	Котлета (биточки) рыбные	100	10,63	12,64	13,07	209,45
	Каша гречневая	180	4,80	5,09	29,46	182,88
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,48	141,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	4,80	13,36	69,60
	Итого обед:	930	26,2	30,8	107,7	784,3
Стоимость 100,00 руб.						

Ответственный по питанию: _____

Медицинский работник: _____

Заведующий производством: _____