МБОУ «Мазанская школа»

Утверждаю _____И.Ю. Мусинова

Дата:_____

День 3

Ежедневное меню

Возрастная категория: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Голубцы ленивые с соусом	100	8,51	13,45	9,01	185,69
	Картофельное пюре	150	3,25	2,88	28,99	189,56
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38
	Итого завтрак:	**560**	**17,08**	**17,27**	**107,40**	**684,03**
Стоимость: 85,55 руб.						
Обед	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,47	0,31	17,95	150,00
	Плов из птицы	200	16,94	10,46	25,73	305,33
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,90	101,69
	Итого обед:	**720**	**27,60**	**14,25**	**97,04**	**706,27**
Стоимость 100,00 руб.						

Возрастная категория: 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Голубцы ленивые с соусом	100	8,51	13,45	9,01	185,69
	Картофельное пюре	180	3,90	3,46	34,79	227,47
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,65	94,00
	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38
	Итого завтрак:	**620**	**17,31**	**17,63**	**112,61**	**714,54**
Стоимость: 90,00 руб.						
Обед	Суп молочный с макар.изделиями	250	5,47	0,31	17,95	150,00
	Плов из птицы	250	21,18	13,08	32,16	381,66
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,48	141,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	4,80	13,36	69,60
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,90	101,69
	Итого обед:	**800**	**33,97**	**18,79**	**115,85**	**843,95**
Стоимость 100,00 руб.						

Ответственный по питанию:_____

Медицинский работник:_____

Заведующий производством: _____