

МБОУ «Мазанская школа»

Утверждаю _____ И.Ю. Мусинова

Дата: _____

День 10

Ежедневное меню

Возрастная категория: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Котлета (биточки) рыбные	100	10,63	12,64	19,02	209,45
	Картофельное пюре	150	3,25	2,88	28,99	189,56
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	530	17,1	16,0	80,3	551,2
Стоимость: 85,55 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,31	4,86	8,67	106,06
	Гречка по-купечески с мясной консервой	200	9,63	15,71	36,51	285,73
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,11	105,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого обед:	730	16,7	24,0	84,9	582,2
Стоимость 100,00 руб.						

Возрастная категория: 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Котлета (биточки) рыбные	100	10,63	12,64	19,02	209,45
	Картофельное пюре	180	3,90	3,46	34,79	227,47
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,65	94,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	620	19,3	16,7	95,6	633,9
Стоимость: 90,00 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,64	6,08	10,84	132,58
	Гречка по-купечески с мясной консервой	250	9,63	15,71	36,51	285,73
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,48	141,00
	Хлеб ржаной	40	2,64	4,80	13,36	69,60
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого обед:	900	19,2	27,2	99,1	667,8
Стоимость 100,00 руб.						

Ответственный по питанию: _____

Медицинский работник: _____

Заведующий производством: _____