

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			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Жаркое по-домашнему с мясной консервой	200	24,80	16,32	17,60	268,98
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	510	29,96	17,16	59,94	473,38
Стоимость: 85,55 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Щи из свежей капусты	200	1,53	3,90	6,67	118,96
	Плов из птицы (мясная консерва)	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
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого обед:	730	24,2	17,8	72,1	614,7
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
	Жаркое по-домашнему с мясной консервой	250	31,00	20,40	22,00	336,23
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	620	37,72	21,38	73,80	585,43
Стоимость: 90,00 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Щи из свежей капусты	250	1,91	4,88	8,34	148,70
	Плов из птицы (мясная консерва)	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
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого обед:	900	31,0	23,3	92,2	779,9
Стоимость 100,00 руб.						

Ответственный по питанию: _____

Медицинский работник: _____

Заведующий производством: _____