



МБОУ «Мазанская школа»

Утверждаю _____ И.Ю. Муслимова

Дата: _____

День 2

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 |
| | Макароны, запеченные с сыром | 150 | 10,15 | 11,94 | 25,58 | 250,80 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,65 | 94,00 |
| | Фрукт свежий (по сезону) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 3,10 | 15,95 | 100,60 |
| Итого за завтрак | | 550 | 17,42 | 15,88 | 73,26 | 505,60 |
| Стоимость: 85,55 руб. | | | | | | |
| Обед | Икра свекольная | 60 | 1,17 | 5,06 | 6,94 | 78,05 |
| | Суп картофельный с горохом и птицей | 210 | 9,28 | 7,84 | 15,42 | 165,48 |
| | Вареники с картофелем и сметаной | 210 | 4,73 | 4,73 | 30,08 | 272,58 |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,11 | 105,75 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 3,00 | 8,35 | 43,50 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,74 |
| | Фрукт свежий (по сезону) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | Итого обед: | 830 | 21,7 | 21,7 | 135,2 | 889,1 |
| 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 |
| | Макароны, запеченные с сыром | 200 | 16,66 | 19,73 | 48,99 | 417,07 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,65 | 94,00 |
| | Фрукт свежий (по сезону) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,60 |
| Итого завтрак: | | 640 | 23,97 | 23,23 | 96,29 | 669,67 |
| Стоимость: 90,00 руб. | | | | | | |
| Обед | Икра свекольная | 100 | 1,95 | 8,43 | 11,57 | 13,42 |
| | Суп картофельный с горохом и птицей | 260 | 11,49 | 9,71 | 19,46 | 208,82 |
| | Вареники с картофелем и сметаной | 250 | 5,63 | 5,63 | 35,81 | 324,50 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,48 | 141,00 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 4,80 | 13,36 | 69,60 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,74 |
| | Фрукт свежий (по сезону) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | Итого обед: | 990 | 27,7 | 29,7 | 162,0 | 981,1 |
| Стоимость 100,00 руб. | | | | | | |

Ответственный по питанию: _____

Медицинский работник: _____

Заведующий производством: _____