

МБОУ «Мазанская школа»

Утверждаю _____ И.Ю. Мусинова

Дата: _____

День 8

Ежедневное меню

Возрастная категория: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Плов из риса с курагой	170	10,27	12,56	47,40	312,80
	Сыр (порциями)	10	2,05	2,30	0,23	29,67
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого завтрак:	500	15,24	15,62	87,47	528,47
Стоимость: 85,55 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Суп картофельный с горохом	200	4,10	8,90	22,84	158,00
	Жаркое по-домашнему с мясной консервой	200	24,80	16,32	17,60	268,98
	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
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого обед:	830	35,03	29,10	89,96	664,36
Стоимость 100,00 руб.						

Возрастная категория: 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Плов из риса с курагой	220	5,52	14,96	61,34	404,80
	Сыр (порциями)	10	2,05	2,30	0,23	29,67
	Хлеб пшеничный	40	3,08	1,20	20,04	103,60
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	570	12,05	19,06	111,61	677,07
Стоимость: 90,00 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,55	19,27	150,85
	Жаркое по-домашнему с мясной консервой	250	31,00	20,40	22,00	336,23
	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
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого обед:	1000	45,17	31,73	102,80	783,61
Стоимость 100,00 руб.						

Ответственный по питанию: _____

Медицинский работник: _____

Заведующий производством: _____