

МБОУ «Мазанская школа»

Утверждаю _____ И.Ю. Мусинова

Дата: _____

День 4

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
	Омлет запеченный	150	10,21	14,90	1,92	245,04
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого завтрак:	500	17,3	15,9	49,1	473,3
Стоимость: 85,55 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Рассольник Ленинградский	200	1,98	3,51	13,74	95,14
	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
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	82,80
	Итого обед:	810	18,6	23,3	111,0	673,1
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
	Омлет запеченный	180	12,25	17,88	2,30	294,05
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93
	Итого завтрак:	570	19,4	18,9	49,2	520,1
Стоимость: 90,00 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	Рассольник Ленинградский	250	2,48	4,39	17,18	118,93
	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
	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	82,80
	Итого обед:	980	21,3	26,1	126,4	756,1
Стоимость 100,00 руб.						

Ответственный по питанию: _____

Медицинский работник: _____

Заведующий производством: _____