

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 паровой с мясом	150	18,85	21,44	6,93	280,59
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	500	26,9	22,6	67,4	572,9
Стоимость: 85,55 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20
	Щи зеленые со сметаной	200	2,45	2,80	28,81	143,75
	Оладьи из печени	100	17,30	13,58	11,80	222,00
	Картофельное пюре	150	3,25	2,88	28,99	189,56
	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:	860	30,17	23,4	154,7	941,5
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 паровой с мясом	150	18,85	21,44	6,93	280,59
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	Итого завтрак:	550	27,6	22,7	70,3	588,1
Стоимость: 90,00 руб.						
Обед	Овощи натуральные по сезону	100	1,95	8,43	11,57	13,42
	Щи зеленые со сметаной	260	11,49	9,71	19,46	208,82
	Оладьи из печени	250	5,63	5,63	35,81	324,50
	Картофельное пюре	60	4,56	0,48	29,48	141,00
	Хлеб пшеничный	40	2,64	4,80	13,36	69,60
	Хлеб ржаной	180	1,04	0,27	42,53	176,74
	Компот из сухофруктов	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: _____