

Согласовано  
Директор школы



МЕНЮ  
ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ



Дата 5.03

| Прием пищи                               | Раздел рецептуры  | Наименование блюда                                               | Масса порции | Цена  | Энергетическая ценность | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
|------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------|--------------|-------|-------------------------|----------|---------|-------------|
| Завтрак                                  | 14                | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%"                             | 10           | 11    | 75                      |          |         |             |
|                                          | 70                | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)                              | 100          | 10    | 13,58                   | 0,10     | 8,30    | 0,10        |
|                                          | 295/331           | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ БРОЙЛЕР ЦЫПЛЯТ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ | 100/60       | 26,7  | 309,91                  | 20,23    | 18,05   | 2,43        |
|                                          | 2 блюдо           |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 302               | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%" | 200          | 5,1   | 334,2                   | 11,34    | 9,20    | 16,62       |
|                                          | Гарнир            |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 377               | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                    | 200/15/7     | 2,2   | 59,9                    | 0,29     | 0,10    | 51,51       |
|                                          | Напитки           |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | Хлеб пш.          | ПР                                                               |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | Хлеб рж.          | ПР                                                               |              |       |                         |          |         |             |
| Обед                                     | 338               | ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННОЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)                     | 50           | 2,7   | 217,69                  | 2,37     | 0,42    | 14,69       |
|                                          |                   |                                                                  | 50           | 3     | 97,8                    | 1,98     | 0,60    | 23,00       |
|                                          |                   |                                                                  | 150          | 10,3  | 58,64                   | 0,58     | 0,58    | 16,70       |
|                                          |                   | Итого за прием пищи:                                             | 942          | 71    | 1166,72                 | 37,67    | 37,35   | 12,95       |
|                                          | Овощи натуральные | 70                                                               |              |       |                         |          |         |             |
|                                          |                   |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 1 блюдо           | 82                                                               |              |       |                         |          |         |             |
|                                          |                   |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 2 блюдо           | 239/331                                                          |              |       |                         |          |         |             |
|                                          |                   |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
| Полдник                                  | 310               | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%"       | 100/60       | 37,8  | 138,34                  | 11,61    | 4,84    | 11,73       |
|                                          | Гарнир            |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 388               | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                      | 200          | 18,01 | 186,59                  | 3,73     | 6,39    | 12,07       |
|                                          | Напитки           |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | Хлеб пш.          | ПР                                                               |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | Хлеб рж.          | ПР                                                               |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 338               | ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ КАЛИБРОВАННОЕ (ЯБЛОКО 1 ШТ.)                     | 50           | 2,7   | 217,69                  | 0,70     | 0,30    | 28,77       |
|                                          |                   |                                                                  | 50           | 3     | 97,8                    | 4,28     | 0,43    | 24,40       |
|                                          |                   |                                                                  | 150          | 10,3  | 58,64                   | 3,30     | 0,60    | 49,18       |
|                                          |                   | Итого за прием пищи:                                             | 1160         | 100   | 933                     | 29,25    | 19,65   | 19,80       |
| Всего за день:                           | 14                | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%"                             | 10           | 10    | 75                      |          |         |             |
|                                          | Блюда из творога  | 222                                                              |              |       |                         |          |         |             |
|                                          |                   |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 349               | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ              | 220/80       | 44,85 | 750,86                  | 42,12    | 24,66   | 0,10        |
|                                          | Напитки           |                                                                  |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | Хлеб пш.          | ПР                                                               |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | Хлеб рж.          | ПР                                                               |              |       |                         |          |         |             |
|                                          | 349               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                      | 200          | 4,45  | 120,54                  | 0,37     | 0,00    | 90,79       |
|                                          |                   |                                                                  | 50           | 2,7   | 217,69                  | 2,37     | 0,42    | 29,78       |
|                                          |                   |                                                                  | 50           | 3     | 97,8                    | 1,98     | 0,60    | 23,00       |
| Экономист по Ценам<br>Зав. производством |                   | Итого за прием пищи:                                             | 610          | 65    | 1261,89                 | 46,94    | 33,98   | 16,70       |
|                                          |                   | Всего за день:                                                   | 2702         |       | 3361,61                 | 113,86   | 90,98   | 160,37      |

Миргородская Л.А.  
Фриленко О.Г.