

МЕНЮ (сентябрь-февраль)
 организованное питание учащихся 1-5 классов

Пятница – вторая неделя

Наименование	Вес (г) готово- го блю- да	Цена	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Угл.		А	В1	С	Е	Са	Ph	Mg	Fe
Завтрак:														
Бутерброд с маслом сладко-сливочным	27/5		2,33	8,49	15,50	145	0,65	0,03	0,00	0,43	7,20	21,40	4,24	0,35
Запеканка из творога со сгущенным молоком 8,5%	61/34		15,58	11,48	23,67	283	0,07	0,05	0,39	0,40	193,86	212,46	24,78	0,58
Чай с сахаром витаминизированный	200		0,20	0,00	15,19	58	0,09	0,23	15,52	1,81	128,75	4,00	8,30	0,40
Итого:		55-00	18,11	19,97	53,70	486	0,82	0,31	15,91	2,64	329,81	237,86	37,32	1,33
Завтрак ОБЗ:														
Каша пшенная (жидкая) с маслом	200/3,2		8,46	8,84	46,82	303	0,06	0,18	1,25	0,20	160,3	207,75	56,79	1,7
Чай с сахаром	200		0,20	0,05	15,01	60	0,00	0,00	0,10	0,08	14,58	8,24	6,44	0,86
Итого:		10-00	9,66	8,89	60,83	363	0,06	0,18	1,35	0,28	174,88	215,99	63,23	2,56
Обед МО, ОБЗ:														
Суп с макаронами на кур/бульоне	250		3,59	2,91	17,40	105	0,18	0,04	0,87	1,49	22,76	271,69	19,33	0,47
Жаркое по-домашнему из говядины	140		22,98	8,00	17,48	241	0,02	0,21	7,57	2,57	25,61	285,04	58,81	3,16
Чай с сахаром с лимоном	200		6,12	6,75	9,92	127	0,05	0,08	2,74	0,00	253,00	189,90	29,54	0,21
Хлеб ржано-пшеничный	30		3,96	0,72	23,76	119	0,00	0,10	0,00	0,84	17,40	90,0	28,20	2,34
Итого:		40-00	32,38	14,93	109,27	707	0,32	0,37	31,45	6,45	142,49	701,58	144,56	7,08
Обед ГПД:														
Салат из капусты б/к с морковью и р/м	60		0,34	3,05	1,52	34	0,00	0,01	1,70	1,37	9,16	14,88	6,85	0,25
Суп с макаронами на кур/бульоне	250		3,59	2,91	17,40	105	0,18	0,04	0,87	1,49	22,76	271,69	19,33	0,47
Жаркое по-домашнему из говядины	150		22,98	8,00	17,48	241	0,02	0,21	7,57	2,57	25,61	285,04	58,81	3,16
Компот из смеси сухофруктов	200		6,12	6,75	9,92	127	0,05	0,08	2,74	0,00	253,00	189,90	29,54	0,21
Хлеб ржано-пшеничный	30		3,96	0,72	23,76	119	0,00	0,10	0,00	0,84	17,40	90,0	28,20	2,34
Итого:		80-00	32,38	14,93	109,27	707	0,32	0,37	31,45	6,45	142,49	701,58	144,56	7,08
Полдник:														
Молоко пастеризованное 3,2%	200		6,12	6,75	9,92	127	0,05	0,08	2,74	0,00	253,00	189,90	29,54	0,21

Булочка «Розовая»	59,42		3,07	1,06	18,73	104	0,00	0,05	0,12	0,46	7,65	24,20	5,25	0,58
Итого:		25-00	9,19	7,81	28,65	231	0,05	0,13	2,86	0,46	260,65	214,10	34,79	0,79

МЕНЮ (сентябрь-февраль)

организованное питание учащихся 6-11 классов

Пятница – вторая неделя

Наименование	Вес (г) готового блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Угл.		А	В1	С	Е	Са	Ph	Mg	Fe
Завтрак:														
Бутерброд с маслом сладко-сливочным	27/5		2,30	9,12	15,50	154	0,65	0,03	0,00	0,61	6,90	21,40	3,94	0,38
Запеканка из творога со сгущенным молоком 8,5%	61/31,5		15,58	11,48	23,67	283	0,07	0,05	0,39	0,40	193,86	212,46	24,78	0,58
Чай с сахаром витаминизированный	200		0,20	0,00	15,19	58	0,09	0,23	15,52	1,81	128,75	4,00	8,30	0,40
Итого:		65-00	18,11	19,97	53,70	486	0,82	0,31	15,91	2,64	329,81	237,86	37,32	1,33