

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь

Меню  
 на 3.05

Возрастная категория: Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
<b>День 5</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Запеканка из творога с соусом кисельным из ягод	150	20,78	14,55	25,62	312,72	223
	Чай с шиповником	200	0,82	0,00	10,92	47,4	376
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	8,31	11,47	3,54	150,49	б/н/50
	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>30,31</b>	<b>26,42</b>	<b>49,88</b>	<b>557,61</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из квашеной капусты со свеклой	60	0,88	3,05	6,04	55,28	47
	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	200	8,56	8,30	15,58	172,16	102
	Тефтеля мясная с соусом	110	10,78	31,54	13,72	382,75	279с/33
	Картофель отварной	150	2,88	5,65	19,98	150	125
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	10,92	44,42	451к
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,40	0,60	16,50	81	б/н**/30
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	0,44	19,00	91,2	б/н**
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>790</b>	<b>29,24</b>	<b>40,02</b>	<b>103,27</b>	<b>898,68</b>	

<b>День 5</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Зефир	25	0,16	0,00	0,08	80,64	б/н
	Йогурт питьевой	290	7,83	7,25	31,32	229,1	б/н
	фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,7	338м
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>425</b>	<b>8,43</b>	<b>7,69</b>	<b>42,18</b>	<b>361,44</b>	

Стоимость питания за родительскую плату

1-4класс	комплекс с первым блюдом	100р
	комплекс без первого	90р

*Handwritten signature*

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь



## Меню

на

# 3.05

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 5</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Запеканка из творога с соусом кисельным из ягод	150	20,78	14,55	25,62	312,72	223
	Чай с шиповником	200	0,82	0,00	10,92	47,4	376
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	9,97	13,76	4,25	180,58	б/н/50
	фрукты свежие (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>560</b>	<b>32,17</b>	<b>28,91</b>	<b>55,49</b>	<b>611,2</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из квашеной капусты со свеклой	100	1,47	5,09	10,06	92,13	47
	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	10,70	10,38	19,47	215,2	102
	Тефтеля мясная с соусом	110	10,78	31,54	13,72	382,75	279с/331
	Картофель отварной	180	3,46	6,79	23,98	180	125
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	10,92	44,42	451к
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н**/30
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	0,55	23,75	114	б/н**
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>930</b>	<b>34,07</b>	<b>45,59</b>	<b>125,43</b>	<b>1058,37</b>	

### Стоимость питания за родительскую плату

5-11класс	
	комплекс с первым блюдом <b>110р</b>
	комплекс без первого <b>100р</b>