

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукать



Меню

на

3.10

Возрастная
категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 2							
ЗАВТРАК	Салат морковный	50	0,62	0,05	5,74	40,85	62
	Жаркое по домашнему с птицей	200	16,92	22,30	20,04	350,7	259п
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,14	0,00	8,49	34,49	377
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	8,31	11,47	3,54	150,49	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		507	25,99	33,82	37,81	576,53	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,76	35,76	45
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	210	6,26	11,09	10,42	167,27	82
	Мясо тушеное	90	9,34	25,77	1,78	277,64	256с
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,54	7,74	38,27	256,53	171
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,40	0,60	16,50	81	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	30,25	47,87	92,45	998,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1287	56,24	81,69	130,26	1574,89	

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ № 47

В.С.Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "ШТУМ"

А.А. Штукаръ



Меню

на 3.10

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 2							
ЗАВТРАК	Салат морковный	50	0,62	0,05	5,74	40,85	62
	Жаркое по домашнему с птицей	240	20,30	26,76	24,05	420,84	259п
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,14	0,00	8,49	34,49	377
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	9,97	13,76	4,25	180,58	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		557	31,03	40,57	42,53	676,76	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,27	59,6	45
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	250	7,45	13,20	12,40	199,13	82
	Мясо тушеное	100	10,38	28,63	1,98	308,49	256с
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,24	9,29	45,92	307,84	171
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	1,20	114,95	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	36,06	56,00	110,53	1186,21	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1477	67,09	96,57	153,06	1862,97	

Зав.производством _____