

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукать



Меню

на 4.03.

Возрастная категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
Завтрак	Бутерброд с маслом и твердым сыром	50	6,56	7,17	14,92	150,51	3
	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200	5,72	10,34	40,90	280	174
	Кофейный напиток на молоке	200	3,60	3,92	13,44	102,72	379
	фрукты свежие по сезону	* 100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	16,28	21,83	79,06	580,23	
ОБЕД	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,19	7,63	3,54	92,16	69К
	Суп с рисом, томатом на курином бульоне	200	6,74	9,70	12,74	166,06	116
	Биточки из курицы	90	19,73	7,06	13,82	181,69	294
	Макаронные изделия отварные	150	5,93	1,11	36,54	179,55	202
	Компот из изюма	200	0,92	0,20	36,10	141,36	348
	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**
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	40,79	26,74	138,24	933,02	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1320	57,07	48,57	217,30	1513,25	

День 1							
ПОЛДНИК	Печенье	20	1,70	2,26	13,94	82,9	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
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		420	9,97	9,95	56,04	363,7	

Стоимость питания за родительскую плату

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

f

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь

Меню

на 403.

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
Завтрак	Бутерброд с маслом и твердым сыром	50	6,56	7,17	14,92	150,51	3
	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200	5,72	10,34	40,90	280	174
	Кофейный напиток на молоке	200	3,60	3,92	13,44	102,72	379
	фрукты свежие по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	16,28	21,83	79,06	580,23	
ОБЕД	Салат из отварной моркови с сыром	100	3,65	12,72	5,90	153,6	69K
	Суп с рисом, томатом на курином бульоне	250	8,42	12,12	15,92	207,57	116
	Биточки из курицы	100	21,92	7,84	15,36	201,88	294
	Макаронные изделия отварные	180	7,11	1,33	43,85	215,46	202
	Компот из изюма	200	0,92	0,20	36,10	141,36	348
	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**
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	48,82	35,56	162,88	1141,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1470	65,10	57,39	241,94	1722,1	

Стоимость питания за родительскую плату

5-11 класс	комплекс с первым блюдом 110р
	комплекс без первого 100р

Л