

СОГЛАСОВАНО

Директор МАДУ СОШ №47

В.С.Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь

Меню

на

4.10

Возрастная
категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 3							
ЗАВТРАК	Огурцы свежие порционные	30	0,21	0,03	0,57	3,6	71
	Омлет с курицей и картофелем	150	14,11	25,16	14,01	339,57	213
	Какао на молоке	200	3,88	3,80	13,10	101,88	382
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	8,31	11,47	3,54	150,49	б/н
	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338м
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	26,91	40,86	41,02	642,54	
ОБЕД	Салат овощной с яблоками	60	0,70	0,11	4,32	21,06	56
	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	200	8,72	8,88	16,72	182,84	103м
	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	15,26	14,28	4,98	210,28	233
	Пюре картофельное	150	3,29	4,46	22,05	141,96	312м
	Сок в ассортименте	180	0,00	0,00	22,68	90,72	389
	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		760	32,61	28,77	88,21	819,82	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1290	59,52	69,63	129,23	1462,36	

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ №47



В.С.Бобров

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Штум"



А.А.Штукарь

Меню

на

4.10

Возрастная
категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 3							
ЗАВТРАК	Огурцы свежие порционные	30	0,21	0,03	0,57	3,6	71
	Омлет с курицей и картофелем	200	18,82	33,54	18,68	452,76	213
	Какао на молоке	200	3,88	3,80	13,10	101,88	382
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	9,97	13,76	4,25	180,58	б/н
	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338м
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		590	33,28	51,53	46,40	785,82	
ОБЕД	Салат овощной с яблоками	100	1,16	0,18	7,20	35,1	56
	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	250	10,90	11,10	20,90	228,55	103м
	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	15,26	14,28	4,98	210,28	233
	Пюре картофельное	180	3,94	5,35	26,46	170,35	312м
	Сок в ассортименте	200	0,00	0,00	25,20	100,8	389
	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	37,26	32,26	107,94	968,03	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1510	70,54	83,79	154,34	1753,85	

Зав. производством