

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С.Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А.Штукарь

Меню

на

5.10.

Возрастная категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Помидоры свежие порционные	30	0,02	0,02	1,64	6,66	71
	Котлеты Домашние с соусом	90	11,16	15,67	10,54	227,19	*271гс/3
	Макаронные изделия отварные	150	5,93	1,11	36,54	179,55	202
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	8,31	11,47	3,54	150,49	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	26,84	29,53	67,06	639,23	
ОБЕД	Винегрет овощной	60	0,82	6,08	3,97	74,56	67
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	200	6,12	9,38	7,90	142,06	88
	Плов из птицы	200	18,94	23,42	36,04	432,82	291м
	Компот из ягод с/мор	200	0,20	0,08	25,44	102,16	342
	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		730	30,72	40,00	90,81	924,56	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1250	57,56	69,53	157,87	1563,79	

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ № 47

В.С.Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Цитум"

А.А.Штукарь



Меню

на

5.10

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 4							
ЗАВТРАК	Помидоры свежие порционные	30	0,02	0,02	1,64	6,66	71
	Котлеты Домашние с соусом	100	12,40	17,41	11,71	252,43	*271гс/331
	Макаронные изделия отварные	180	7,11	1,33	43,85	215,46	202
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	9,97	13,76	4,25	180,58	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		570	30,92	33,78	76,25	730,47	
ОБЕД	Винегрет овощной	100	1,36	10,14	6,62	124,27	67
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250	7,65	11,73	9,88	177,57	88
	Плов из птицы	230	21,78	26,93	41,45	497,74	291м
	Компот из ягод с/мор	200	0,20	0,08	25,44	102,16	342
	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		870	36,99	50,23	106,59	1124,69	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1440	67,91	84,01	182,84	1855,16	

Зав.производством