

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №47  
 В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО "Штум"  
 А.А. Штукарь

**Меню**

на 8.12

Возрастная категория: Школьники (1-4 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           | 50           | 8,31             | 11,47        | 3,54          | 150,49                | б/н         |
|                         | 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 белокочанной капусты с морковью          | 60           | 0,79             | 1,95         | 3,76          | 35,76                 | 45          |
|                         | Суп картофельный с горохом на курином бульоне     | 200          | 8,56             | 8,30         | 15,58         | 172,16                | 102         |
|                         | Тефтели из говядины со свининой с соусом томатным | 110          | 11,52            | 21,86        | 15,25         | 304,62                | 278/сг/1т   |
|                         | 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         |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный                              | 40           | 2,24             | 0,44         | 0,96          | 91,96                 | б/н         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |   | <b>790</b>   | <b>28,51</b>     | <b>38,92</b> | <b>82,95</b>  | <b>879,92</b>         |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |   | <b>1290</b>  | <b>58,82</b>     | <b>65,34</b> | <b>132,83</b> | <b>1437,53</b>        |             |

*[Handwritten signature]*

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №47  
 В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО "Штум"  
 А.А. Штукарь



**Меню**

на 8.12

Возрастная категория: Школьники (5-11 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           | 60           | 9,97             | 13,76        | 4,25          | 180,58                | б/н         |
|                         | 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 белокочанной капусты с морковью          | 100          | 1,31             | 3,25         | 6,27          | 59,6                  | 45          |
|                         | Суп картофельный с горохом на курином бульоне     | 250          | 10,70            | 10,38        | 19,47         | 215,2                 | 102         |
|                         | Тефтели из говядины со свининой с соусом томатным | 110          | 11,52            | 21,86        | 15,25         | 304,62                | 278/сг/1в   |
|                         | 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         |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный                              | 50           | 2,80             | 0,55         | 1,20          | 114,95                | б/н         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |   | <b>930</b>   | <b>33,11</b>     | <b>43,75</b> | <b>99,09</b>  | <b>1026,79</b>        |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |   | <b>1490</b>  | <b>65,28</b>     | <b>72,66</b> | <b>154,58</b> | <b>1637,99</b>        |             |

*J*