

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ/СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "ШТМ"

А.А. Пшукать



# Меню

на

*9.01.*

Возрастная категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0,39	0,98	1,88	17,88	45
	Жаркое по домашнему (курица)	220	18,61	24,53	22,04	385,77	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>507</b>	<b>27,45</b>	<b>36,98</b>	<b>35,95</b>	<b>588,63</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью	60	0,89	3,68	6,28	61,76	49,
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	210	6,26	11,09	10,42	167,27	82
	Мясо тушеное	90	9,81	26,70	1,78	286,97	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>780</b>	<b>30,82</b>	<b>50,53</b>	<b>94,97</b>	<b>1033,69</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1287</b>	<b>58,27</b>	<b>87,51</b>	<b>130,92</b>	<b>1622,32</b>	

*Handwritten signature*

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ/СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "ШОУ"

А.А. Штукарь



## Меню

на

9.01.

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 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0,65	1,62	3,13	29,8	45
	Жаркое по домашнему (курица)	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>557</b>	<b>31,06</b>	<b>42,14</b>	<b>39,92</b>	<b>665,71</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью	100	1,49	6,14	10,46	102,94	49,
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	250	7,45	13,20	12,40	199,13	82
	Мясо тушеное	100	10,90	29,67	1,98	318,85	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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>920</b>	<b>36,76</b>	<b>59,93</b>	<b>114,72</b>	<b>1239,91</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1477</b>	<b>67,82</b>	<b>102,07</b>	<b>154,64</b>	<b>1905,62</b>	