

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь

**Меню**

на

*9.04.*

Возрастная категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
Завтрак	Поджаренная из отварной кукурузы	30	0,65	0,71	3,27	22,32	133
	Биточки из курицы	90	19,73	7,06	13,82	181,69	294
	Рис отварной с маслом	150	3,45	5,90	35,40	208,56	171
	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/50
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>527</b>	<b>32,28</b>	<b>25,14</b>	<b>64,52</b>	<b>597,55</b>	
ОБЕД	Салат Мозайка	40	1,47	2,54	5,99	52,38	94К
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (перловка)	200	6,16	9,24	14,04	165,44	96
	Шницель натуральный рубленый с томатным соусом	110	20,58	17,81	12,16	289,06	267гп/36
	Макаронные изделия отварные	150	5,93	1,11	36,54	179,55	202
	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**/30
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	0,44	19,00	91,2	б/н**
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>770</b>	<b>40,10</b>	<b>32,02</b>	<b>124,99</b>	<b>946,83</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1297</b>	<b>72,38</b>	<b>57,16</b>	<b>189,51</b>	<b>1544,38</b>	

<b>День 7</b>							
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
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>420</b>	<b>9,97</b>	<b>9,95</b>	<b>56,04</b>	<b>363,7</b>	

**Стоимость питания за родительскую плату**

1-4класс	комплекс с первым блюдом <b>100р</b>
	комплекс без первого <b>90р</b>

*Р*



## Меню

на

*9.04.*

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 7</b>							
<b>Завтрак</b>	Подгарнировка из отварной кукурузы	50	1,09	1,18	5,45	37,21	133
	Биточки из курицы	100	21,92	7,84	15,36	201,88	294
	Рис отварной с маслом	180	4,14	7,07	42,48	250,27	171
	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/50
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>597</b>	<b>37,26</b>	<b>29,85</b>	<b>76,03</b>	<b>704,43</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат Мозайка	50	1,84	3,17	7,49	65,48	94К
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (перловка)	250	7,70	11,55	17,55	206,8	96
	Шницель натуральный рубленый с томатным соусом	110	20,58	17,81	12,16	289,06	267гп/363
	Макаронные изделия отварные	180	7,11	1,33	43,85	215,46	202
	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**/30
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	0,55	23,75	114	б/н**
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>880</b>	<b>44,71</b>	<b>35,49</b>	<b>147,56</b>	<b>1087</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1477</b>	<b>81,97</b>	<b>65,34</b>	<b>223,59</b>	<b>1791,43</b>	

### Стоимость питания за родительскую плату

5-11класс	комплекс с первым блюдом <b>110р</b>
	комплекс без первого <b>100р</b>