

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "ШТУМ"

А.А. Штукарь

## Меню

на

10.04

Возрастная категория:

Школьники (1-4 классы)

| Прием пищи              | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества |              |               | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры |
|-------------------------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------|
|                         |  |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                       |             |
| <b>День 8</b>           |  |              |                  |              |               |                       |             |
| Завтрак                 | Огурцы свежие порционные   | 30           | 0,21             | 0,03         | 0,57          | 3,6                   | 71,         |
|                         | Омлет с сыром  | 120          | 14,34            | 23,54        | 2,04          | 278                   | 211         |
|                         | 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/50      |
|                         | фрукты свежие (яблоко)   | * 120        | 0,48             | 0,48         | 11,76         | 56,4                  | 3386        |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>520</b>   | <b>27,22</b>     | <b>39,32</b> | <b>31,01</b>  | <b>590,37</b>         |             |
| ОБЕД                    | Салат из свеклы с сыром  | 60           | 3,09             | 5,43         | 4,68          | 79,84                 | 50          |
|                         | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной | 200          | 6,02             | 10,18        | 7,48          | 147,04                | 88          |
|                         | Печень по-строгановски   | 90           | 12,84            | 9,05         | 8,16          | 166,81                | 255         |
|                         | Пюре картофельное  | 150          | 3,29             | 4,46         | 22,05         | 141,96                | 312м        |
|                         | Сок в ассортименте   | 200          | 0,00             | 0,00         | 25,20         | 100,8                 | 389         |
|                         | 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>30,52</b>     | <b>30,16</b> | <b>103,07</b> | <b>808,65</b>         |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>1290</b>  | <b>57,74</b>     | <b>69,48</b> | <b>134,08</b> | <b>1399,02</b>        |             |

|                         |                          |            |             |             |              |               |     |
|-------------------------|--------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----|
| <b>День 8</b>           |                          |            |             |             |              |               |     |
| ПОЛДНИК                 | Зефир                    | 25         | 0,16        | 0,00        | 0,08         | 80,64         | б/н |
|                         | Йогурт питьевой          | 290        | 7,83        | 7,25        | 31,32        | 229,1         | б/н |
|                         | фрукты свежие (мандарин) | 120        | 0,96        | 0,24        | 9,00         | 45,6          | 338 |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |                          | <b>435</b> | <b>8,95</b> | <b>7,49</b> | <b>40,40</b> | <b>355,34</b> |     |

### Стоимость питания за родительскую плату

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

**СОГЛАСОВАНО**  
 Директор МАОУ СОШ №47  
 В.С. Бобров

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор ООО "Штурм"  
 А.А. Штукарь

## Меню

на

*10.04*

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 8</b>           |  |             |                  |              |               |                       |             |
| Завтрак                 | Огурцы свежие порционные   | 30          | 0,21             | 0,03         | 0,57          | 3,6                   | 71,         |
|                         | Омлет с сыром  | 150         | 17,92            | 29,43        | 2,55          | 347,5                 | 211         |
|                         | 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/50      |
|                         | фрукты свежие (яблоко)   | * 120       | 0,48             | 0,48         | 11,76         | 56,4                  | 3386        |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>560</b>  | <b>32,46</b>     | <b>47,50</b> | <b>32,23</b>  | <b>689,96</b>         |             |
| ОБЕД                    | Салат из свеклы с сыром  | 100         | 5,15             | 9,05         | 7,80          | 133,06                | 50          |
|                         | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной | 250         | 7,52             | 12,73        | 9,35          | 183,8                 | 88          |
|                         | Печень по-строгановски   | 100         | 14,27            | 10,05        | 9,07          | 185,34                | 255         |
|                         | 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**/30    |
|                         | Хлеб ржано-пшеничный   | 50          | 3,60             | 0,55         | 23,75         | 114                   | б/н**       |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>920</b>  | <b>37,68</b>     | <b>38,53</b> | <b>123,63</b> | <b>995,35</b>         |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>1480</b> | <b>70,14</b>     | <b>86,03</b> | <b>155,86</b> | <b>1685,31</b>        |             |

### Стоимость питания за родительскую плату

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

*f*