

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь

## Меню

на

11.10.

Возрастная  
категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
<b>День 8</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Огурцы свежие порционные	30	0,21	0,03	0,57	3,6	71
	Омлет с сыром запеченный	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
	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338м
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>27,14</b>	<b>39,24</b>	<b>29,05</b>	<b>580,97</b>	
<b>ОБЕД</b>	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	6,12	9,38	7,90	142,06	88
	Печень по-строгановски	100	14,27	10,05	9,07	185,34	255
	Пюре картофельное	150	3,29	4,46	22,05	141,96	312м
	Кисель из плодов или ягод с/м	200	0,10	0,04	27,74	109,58	350
	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>31,51</b>	<b>30,40</b>	<b>88,90</b>	<b>831,74</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1280</b>	<b>58,65</b>	<b>69,64</b>	<b>117,95</b>	<b>1412,71</b>	

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь



## Меню

на

12.10.

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>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Огурцы свежие порционные	30	0,21	0,03	0,57	3,6	71
	Омлет с сыром запеченный	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
	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338м
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>540</b>	<b>32,38</b>	<b>47,42</b>	<b>30,27</b>	<b>680,56</b>	
<b>ОБЕД</b>	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	7,65	11,73	9,88	177,57	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
	Кисель из плодов или ягод с/м	200	0,10	0,04	27,74	109,58	350
	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>37,11</b>	<b>37,57</b>	<b>104,15</b>	<b>998,85</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1460</b>	<b>69,49</b>	<b>84,99</b>	<b>134,42</b>	<b>1679,41</b>	

Зав. производством