

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "ШТУМ"

А.А. Штукарь

Меню

на

12.02

Возрастная
категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецепт уры
			Белки	Жиры	Углев оды		
День 6							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и твердым сыром	50	6,56	7,17	14,92	150,51	3
	Каша вязкая молочная овсяная	200	7,68	10,98	35,14	269,58	173
	Кофейный напиток на молоке	200	3,60	3,92	13,44	102,72	379
	фрукты свежие по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	18,24	22,47	73,30	569,81	
ОБЕД	Салат морковный	60	0,74	0,05	6,89	49,02	62
	Суп из овощей с зеленым горошком на курином бульоне со сметаной	200	9,92	13,14	12,18	207,6	99
	Рагу из овощей с курицей	200	21,90	8,86	18,56	242,06	289п
	Компот из изюма	200	0,92	0,20	36,10	141,36	348
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	б/н
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,40	0,60	16,50	81	б/н
	ИТОГО ЗА ОБЕД		730	38,12	23,29	91,19	813
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1280	56,36	45,76	164,49	1382,81	

День 6							
ПОЛДНИК	Пастила	10	0,05	0,00	8,00	32,4	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
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		420	8,84	7,49	48,32	307,1	

Стоимость питания за родительскую плату

1-4класс	комплекс с первым блюдом	100р
	комплекс без первого	90р

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ СОШ №47
 В.С. Бооров

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Штум"
 А.А. Штукарь

Меню

на

12.02

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 6							
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и твердым сыром	50	6,56	7,17	14,92	150,51	3
	Каша вязкая молочная овсяная	220	8,45	12,08	38,65	296,54	173
	Кофейный напиток на молоке	200	3,60	3,92	13,44	102,72	379
	фрукты свежие по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		570	19,01	23,57	76,81	596,77	
ОБЕД	Салат морковный	100	1,23	0,09	11,48	81,7	62
	Суп из овощей с зеленым горошком на курином бульоне со сметаной	250	12,40	16,43	15,23	259,5	99
	Рагу из овощей с курицей	250	27,37	11,07	23,20	302,57	289п
	Компот из изюма	200	0,92	0,20	36,10	141,36	348
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	1,20	114,95	б/н
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	47,92	29,14	109,21	1008,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1460	66,93	52,71	186,02	1604,85	

Стоимость питания за родительскую плату

5-11класс	
	комплекс с первым блюдом 110р
	комплекс без первого 100р

f