

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ СОШ №47
 В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Штумс"
 А.А. Штукарь

Меню

на 12.12.

Возрастная категория: Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 7							
ЗАВТРАК	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	30	0,33	1,82	1,12	22,23	27
	Биточки из курицы	90	19,73	7,06	13,82	181,69	294
	Рис отварной с маслом сливочным	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		527	31,96	26,25	62,37	597,46	
ОБЕД	Салат овощной с яблоками	60	0,70	0,11	4,32	21,06	56
	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	267гг/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
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	38,69	29,59	105,28	916,27	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1317	70,65	55,84	167,65	1513,73	



СОГЛАСОВАНО

Директор MAOU SOSh №47

В.С. Бобров



ТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Нтун"

А.А. Штукарь

Меню

на

12.12

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 7							
ЗАВТРАК	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	50	0,55	3,04	1,88	37,05	27
	Биточки из курицы	100	21,92	7,84	15,36	201,88	294
	Рис отварной с маслом сливочным	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		597	36,72	31,71	72,46	704,27	
ОБЕД	Салат овощной с яблоками	100	1,16	0,18	7,20	35,1	56
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (перловка)	250	7,70	11,55	17,55	206,8	96
	Шницель натуральный рубленный 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
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	1,20	114,95	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	43,23	32,50	124,72	1057,57	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1527	79,95	64,21	197,18	1761,84	