

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ СОШ №47



В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "ШТУМ"



А.А. Штукмарь

## Меню

на 15.01

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 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>550</b>	<b>18,24</b>	<b>22,47</b>	<b>73,30</b>	<b>569,81</b>	
<b>ОБЕД</b>	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>730</b>	<b>38,12</b>	<b>23,29</b>	<b>91,19</b>	<b>813</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1280</b>	<b>56,36</b>	<b>45,76</b>	<b>164,49</b>	<b>1382,81</b>	

<b>День 6</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>	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
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>420</b>	<b>8,84</b>	<b>7,49</b>	<b>48,32</b>	<b>307,1</b>	

### Стоимость обеда за родительскую плату

1-4класс	комплекс с первым блюдом 100р
	комплекс без первого 90р
5-11класс	комплекс с первым блюдом 110р
	комплекс без первого 100р

*Л*

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "ШТУМ"

А.А. Штукарь

## Меню

на 15.01.

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 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>570</b>	<b>19,01</b>	<b>23,57</b>	<b>76,81</b>	<b>596,77</b>	
<b>ОБЕД</b>	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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>890</b>	<b>47,92</b>	<b>29,14</b>	<b>109,21</b>	<b>1008,08</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1460</b>	<b>66,93</b>	<b>52,71</b>	<b>186,02</b>	<b>1604,85</b>	