

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО ШТУМ

И.А. Штукар

Меню

на

26.12

Возрастная
категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углев оды		
День 17							
ЗАВТРАК	Салат из свежих помидоров	40	0,30	2,47	1,96	31,08	23
	Котлета рубленая из курицы	90	13,38	20,43	14,83	296,68	294
	Рагу овощное	150	3,27	12,59	22,65	216	142
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,14	0,00	8,49	34,49	377
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином/	40	6,64	9,17	2,83	120,39	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		527	23,73	44,66	50,76	698,64	
ОБЕД	Салат "Осенний"	60	1,10	3,16	7,78	64,16	99к
	Суп картофельный с макаронными изделиями на	200	8,72	8,88	16,72	182,84	103м
	Котлеты Домашние с соусом	110	12,75	17,17	12,44	254,71	*271гс/33
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,54	7,74	38,27	256,53	171
	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-	40	2,24	0,44	0,96	91,96	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	36,43	38,27	113,43	1019,4	

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖАЮ

Директор ООО "ШТУМ"

А.А. Шугарь



Меню

на

26.12

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 17							
ЗАВТРАК	Салат из свежих помидоров	50	0,38	3,09	2,45	38,85	23
	Котлета рубленая из курицы	100	14,87	22,70	16,48	329,65	294
	Рагу овощное	180	3,92	15,10	27,18	259,2	142
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,14	0,00	8,49	34,49	377
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином/	40	6,64	9,17	2,83	120,39	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		577	25,95	50,06	57,43	782,58	
ОБЕД	Салат "Осенний"	100	1,83	5,26	12,97	106,93	99к
	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	250	10,90	11,10	20,90	228,55	103м
	Котлеты Домашние с соусом	110	12,75	17,17	12,44	254,71	*271гс/331
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,24	9,29	45,92	307,84	171
	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	42,40	44,45	136,19	1209,18	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1507	68,35	94,51	193,62	1991,76	