

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ СОШ №47
 В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "ШТУМ"
 А.А. Штукарь

Меню

на 29.02

Возрастная категория: Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 19							
ЗАВТРАК	Салат морковный	45	0,55	0,04	5,17	36,76	62,
	Биточки особые с соусом	90	13,87	11,79	14,10	216,77	*269ср/33г
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,54	7,74	38,27	256,53	171
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	4,00	1,00	27,50	135	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	28,38	21,83	99,84	720,4	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты со свеклой	60	0,88	3,05	6,04	55,28	47
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (перловка)	200	6,16	9,24	14,04	165,44	96
	Котлеты рубленые из птицы с соусом	90	12,78	14,68	14,23	240	294м/331г
	Макаронные изделия отварные	150	5,93	1,11	36,54	179,55	202
	Компот из вишни с/мор	200	0,32	0,08	28,20	111,76	342
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,40	0,60	16,50	81	б/н**
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	0,44	19,00	91,2	б/н**
	ИТОГО ЗА ОБЕД		770	31,35	29,20	134,55	924,23
День 9							
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 (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,7	338м
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		410	8,32	7,69	50,10	313,2	

Стоимость питания за родительскую плату

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "ШТУМ"

А.А. Штукарь



Меню

на

29.02

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 19							
ЗАВТРАК	Салат морковный	50	0,62	0,05	5,74	40,85	62,
	Биточки особые с соусом	100	15,41	13,10	15,67	240,85	*269ср/331
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,24	9,29	45,92	307,84	171
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	4,00	1,00	27,50	135	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	31,69	24,70	109,63	799,88	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты со свеклой	100	1,47	5,09	10,06	92,13	47
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (перловка)	250	7,70	11,55	17,55	206,8	96
	Котлеты рубленые из птицы с соусом	100	14,20	16,31	15,81	266,67	294м/331м*
	Макаронные изделия отварные	180	7,11	1,33	43,85	215,46	202
	Компот из вишни с/мор	200	0,32	0,08	28,20	111,76	342
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н**
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	0,55	23,75	114	б/н**
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	37,60	35,71	161,22	1114,82	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	69,29	60,41	270,85	1914,7	

Стоимость питания за родительскую плату

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