

3 ДЕНЬ

№ п/п	Наименование	Выход, масса, порции, гр./мг	Б	Ж	У	Ккал	Цена
1.	Омлет натуральный с картофелем	200					-
2.	Чай с лимоном сахаром	200					-
3.	Хлеб пшен	40					-
4.							-
Итого		440					
ИТОГО стоимость обеда:							130

Утверждаю ООО "СИТИ-ПРО"
 Директор *Дедойнишна К.В.*
 М.П.



Утверждаю
 Директор мою сош

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
 " " 2024г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Среда-1															
Завтрак (1 смена)															
54-20з	Горошек зеленый	30	0,50	0,05	1,75	9,45	0,03	1,2	9	0,01	5,3	16	5,5	0,19	27,13
213	Омлет натуральный с картофелем	200	13,05	16,74	28,35	278,93	0,19	6,27	393	0,49	99,42	249,05	34,2	3,1	75,84
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	5,12
пром	Хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	105,50	0,18	0,09	0	0,14	56,25	58,05	18,45	1,62	3,01
пром	Хлеб ржаной	30	2,00	0,40	10,00	51,20	0,12	0,12	0	0,1	21,9	37,5	120	0,84	3,9
	Итого за завтрак:	505	19,15	17,59	68,70	471,88	0,52	7,72	402,3	0,75	187,37	367,8	181,95	6,48	115
Обед (2 смена)															
49	Салат "Витаминный"	60	0,65	4,14	5,72	62,74	0,02	5,27	0,00	0,02	11,64	18,46	10,92	0,63	9,15
54-4с	Рассольник Домашний	200	1,94	7,41	11,25	119,45	0,07	8,42	104,20	0,06	27,60	50,40	20,20	0,76	19,61
54-11г	Картофельное пюре	150	3,20	3,99	22,38	138,23	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	26,32
54-31м	Оладьи из печени по-кунцевски	80	14,00	9,20	12,70	189,60	0,17	8,63	3363,00	1,18	19,00	214,00	16,00	4,35	46,71
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	19,80	81,00	0,00	0,02	15,00	0,00	50,00	4,30	2,10	0,09	5,65
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	3,01
пром	Хлеб ржаной	35	2,30	0,47	11,70	59,73	0,18	0,14	0,00	0,12	25,55	65,63	14,00	0,99	4,55
	Итого за обед:	765	25,65	25,64	103,25	744,48	0,71	32,76	3506,00	1,61	222,79	488,39	107,62	9,29	115
	Всего за день	1270	44,80	43,23	171,95	1216,36	1,23	40,48	3908,30	2,36	491,72	1063,01	289,57	19,11	

Овощи свежие** допускается использование иных овощей

Фрукт***- допускается выдача иных фруктов.

Утверждаю

ООО "СИТИ-ПРО"

Директор

М.П.

К.В. Подойницына



Утверждаю

Директор МОУ

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена,руб
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Среда															
Завтрак (1 смена)															
145M	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	4,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21
377M	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
ИТОГО за завтрак			6,35	10,99	49,60	326,96	0,21	20,49	12,00	4,78	49,75	129,05	96,99	2,90	45,00

Обед (2 смена)															
145M	Макароны отварные с сыром	150/10	3,14	10,58	21,11	195,00	0,15	17,99	12,00	4,25	33,20	84,69	28,67	1,22	33,21
377M	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	55,12	0,88	8,19
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
ИТОГО за обед			6,35	10,99	49,60	326,96	0,21	20,49	12,00	4,78	49,75	129,05	96,99	2,90	45,00
Всего за Среда			12,69	21,97	99,19	653,92	0,42	40,97	24,00	9,55	99,49	258,10	193,97	5,79	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар