

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



Инициалы К.В.

Утверждаю
и.о. Директор МОУ *И.О. Соколов*
М.П.

Меню по программе:
"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"
" " 2022 г.

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	
НЕДЕЛЯ 1															
Пятница-1															
Завтрак (1 смена)															
212М	Омлет с картофелем	200	18,44	27,88	10,63	367,21	0,20	10,20	303,55	3,49	115,63	306,75	33,63	3,60	64,15
	Горошек зеленый	20	0,41	0,03	0,90	5,30	0,01	1,40	0,00	0,03	3,00	8,26	2,80	0,09	5,20
	Чай с сахаром, лимоном	180	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	13,50
	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			22,18	28,38	44,24	524,60	0,27	61,60	344,40	4,23	130,83	350,66	50,48	4,67	86,45
Обед (2 смена)															
277К	Рагу овощное с курицей	300	14,23	13,75	5,91	204,19	0,08	1,80	0,00	1,27	14,16	148,05	19,18	2,17	63,34
73	Икра кабачковая	30	0,53	1,11	2,73	23,49	0,02	9,65	0,00	0,52	11,55	10,66	6,27	6,27	7,54
	Чай из шиповника	180	0,90	0,18	18,18	82,80	0,02	36,00	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	9,97
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО за обед			20,80	15,80	56,40	454,10	0,24	47,45	1,80	3,15	58,01	253,51	59,95	12,93	86,45
ИТОГО за Пятница-1			42,98	44,18	100,64	978,70	0,51	109,05	346,20	7,38	188,84	604,17	110,43	17,60	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар