

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №6

Утверждаю
Директор ООО "Трест Общественного Питания"
Афонинев И.Д.



Меню дня 25 сентября

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	ЗАВТРАК														
392	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	40/40	8,80	9,36	6,24	144,00	0,04	0,08	0,01	0,48	8,00	80,80	10,40	1,28	33,50 Р
195	Рагу из овощей	150	2,93	9,23	14,11	152,88	0,11	31,02	0,00	0,12	55,74	47,82	19,44	0,99	16,60 Р
509	Компот из яблок с лимонами	200	0,30	0,20	25,10	103,00	0,00	3,30	0,00	0,10	11,00	7,00	5,00	1,20	8,50 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,40 Р
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78	2,00 Р
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		15,71	19,25	69,47	513,58	0,21	34,40	0,01	1,31	87,74	186,72	48,44	4,58	63,00 Р

Возрастная категория: Родительская плата
Дотация от предприятия ООО "ТОП" 5,00 рублей

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	ЗАВТРАК														
392	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	40/40	8,80	9,36	6,24	144,00	0,04	0,08	0,01	0,48	8,00	80,80	10,40	1,28	33,50 Р
195	Рагу из овощей	150	2,93	9,23	14,11	152,88	0,11	31,02	0,00	0,12	55,74	47,82	19,44	0,99	16,60 Р
509	Компот из яблок с лимонами	200	0,30	0,20	25,10	103,00	0,00	3,30	0,00	0,10	11,00	7,00	5,00	1,20	8,50 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,40 Р
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78	2,00 Р
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		15,71	19,25	69,47	513,58	0,21	34,40	0,01	1,31	87,74	186,72	48,44	4,58	63,00 Р

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	ЗАВТРАК														
392	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	50/50	11,00	11,70	7,00	180,00	0,05	0,10	0,01	0,60	10,00	101,00	13,00	1,60	39,00 Р
195	Рагу из овощей	180	3,51	11,07	16,94	183,46	0,13	37,72	0,00	0,14	66,89	57,38	23,33	1,19	17,30 Р
509	Компот из яблок с лимонами	200	0,30	0,20	25,10	103,00	0,00	3,30	0,00	0,10	11,00	7,00	5,00	1,20	8,50 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,40 Р
109	Хлеб ржаной	35	2,46	0,36	10,20	75,00	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37	4,00 Р
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		19,55	23,59	60,80	612,56	0,27	40,62	0,01	1,66	106,14	240,18	61,98	5,68	71,20 Р

Возрастная категория: ОБЗ Школьники 7-10 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	ОБЕД														
34	Курица отварная	80	17,81	11,37	0,00	185,98	0,10	1,07	0,00	0,00	13,52	0,00	0,00	0,99	39,20 Р
20	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,34	36,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	37,97	1,98	3,72	1,20	12,80 Р
35	Напиток "Золотой шар" витаминный	200	0,00	0,00	17,40	67,00	0,40	26,00	0,00	0,00	250,00	0,00	0,00	0,00	8,00 Р
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,22	2,00 Р
0 1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	81,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	4,20 Р
33	Суп-пюре из разных овощей	250	8,68	4,85	11,88	125,78	0,10	16,23	0,03	0,10	75,88	61,60	29,95	0,95	14,80 Р
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		36,31	21,30	67,29	726,74	0,75	45,30	0,03	0,72	391,16	123,38	50,27	4,60	81,00 Р

Возрастная категория: ОБЗ Школьники 11-18 лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	ОБЕД														
34	Курица отварная	80	17,81	11,37	0,00	185,98	0,10	1,07	0,00	0,00	13,52	0,00	0,00	0,99	39,20 Р
20	Макаронные изделия отварные	200	6,00	4,34	36,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	37,97	1,98	3,72	1,20	26,20 Р
35	Напиток "Золотой шар" витаминный	200	0,00	0,00	17,40	67,00	0,40	26,00	0,00	0,00	250,00	0,00	0,00	0,00	8,00 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,40 Р
0 1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	81,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	4,20 Р
33	Суп-пюре из разных овощей	250	8,68	4,85	11,88	125,78	0,10	16,23	0,03	0,10	75,88	61,60	29,95	0,95	14,80 Р
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		37,01	21,34	81,63	750,48	0,76	45,30	0,03	0,79	392,56	125,48	47,87	4,71	94,80 Р

Зав. прес. Фудит-19