

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №6
 Попов В.М.

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

Меню дня

29 сентября

МБОУ СОШ №6
 Директор: Попов В.М.
 Директор: Афоничев И.Д.
 Директор: Афоничев И.Д.

Денис
 Возраст: 7 лет
 Школьники 7-10 лет

№ рец.	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															
381	Котлеты из говядины	60	14,24	14,00	11,44	228,80	0,07	0,00	0,03	0,40	31,20	148,00	20,80	2,24	32,68 Р
456	Соус красный основной	20	0,29	0,48	1,85	12,94	0,00	0,54	0,00	0,05	1,96	5,36	2,76	0,11	2,64 Р
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05	0,21	0,00	0,05	0,62	14,25	202,65	135,30	4,55	16,16 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	1,52 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	1,26 Р
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50	8,74 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			27,46	23,09	97,19	705,49	0,36	70,54	0,08	1,68	72,41	410,11	175,46	9,51	63,00 Р

Родительская плата

№ рец.	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															
381	Котлеты из говядины	60	14,24	14,00	11,44	228,80	0,07	0,00	0,03	0,40	31,20	148,00	20,80	2,24	32,68 Р
456	Соус красный основной	20	0,29	0,48	1,85	12,94	0,00	0,54	0,00	0,05	1,96	5,36	2,76	0,11	2,64 Р
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05	0,21	0,00	0,05	0,62	14,25	202,65	135,30	4,55	16,16 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	1,52 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	1,26 Р
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50	8,74 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			27,46	23,09	97,19	705,49	0,36	70,54	0,08	1,68	72,41	410,11	175,46	9,51	63,00 Р

Школьники 11-18 лет

№ рец.	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															
381	Котлеты из говядины	70	17,09	16,80	13,73	274,56	0,09	0,00	0,04	0,48	37,44	177,60	24,96	2,69	35,49 Р
456	Соус красный основной	20	0,29	0,48	1,85	12,94	0,00	0,54	0,00	0,05	1,96	5,36	2,76	0,11	2,64 Р
237	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,46	49,44	337,40	0,28	0,00	0,06	0,82	19,00	270,20	180,40	6,06	21,55 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	1,52 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	1,26 Р
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50	8,74 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,16	28,50	111,84	835,60	0,44	70,54	0,10	1,96	83,40	507,26	224,72	11,47	71,20 Р

ОВЗ Школьники 7-10 лет

№ рец.	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															
3	Курица тушенная в соусе	50/50	11,98	13,21	3,30	180,13	0,06	7,65	0,02	0,04	27,66	4,37	2,66	1,27	48,00 Р
6	Макаронные изделия отварные	180	6,00	4,34	36,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	23,79	1,97	0,57	1,20	16,47 Р
8	Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив или изюм)	200	1,08	0,22	39,40	154,56	0,00	0,00	0,00	0,00	9,58	0,00	2,02	0,04	7,06 Р
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	1,01 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			23,89	22,52	82,75	657,26	0,18	8,97	0,02	0,30	66,68	24,96	12,44	2,76	81,00 Р

ОВЗ Школьники 11-18 лет

№ рец.	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															
3	Курица тушенная в соусе	60/60	11,98	13,21	3,30	180,13	0,06	7,65	0,02	0,04	27,66	4,37	2,66	1,27	59,57 Р
6	Макаронные изделия отварные	200	6,00	4,34	36,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	23,79	1,97	0,57	1,20	18,70 Р
8	Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив или изюм)	200	1,08	0,22	39,40	154,56	0,00	0,00	0,00	0,00	9,58	0,00	2,02	0,04	7,06 Р
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	1,01 Р
1	Щи из свежей капусты	250	3,25	4,55	3,00	66,55	0,00	1,33	0,00	0,00	3,06	1,23	0,60	0,03	8,46 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			23,89	22,52	82,75	657,26	0,18	8,97	0,02	0,30	66,68	24,96	12,44	2,76	94,80 Р

*Зав. Школы
 Афоничев И.Д.*