

МБОУ СОШ №2

Утверждаю \_\_\_\_\_ /Борисенко Д.А./

**МЕНЮ**

на " 07 " 10 2022 г.

День по меню \_\_\_\_\_ 9

1 смена - 125 чел.

Дети с 7-11 лет.

**ЗАВТРАК**

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ЦЕНА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩ-ВА (ГР.)			ЭН-КАЯ ЦЕННОСТЬ	ВИТАМИНЫ (МГ.)				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩ-ВА (МГ)			
				Б	Ж	У		B1	B2	A	C	P	Ca	Mg	Fe
1	Запеканка из творога с маслом	150	32,50	0,7	0,1	2,3	14,5	0,0	0,1	15,1	15,7	8,4	12,1	0,6	
2	Масло сливочное (порция)	10	5,70	11,9	13,1	8,4	199,0	0,0	0,1	0,0	124,9	24,1	16,1	2,1	
3	Молоко кипяченое	200	8,60	1,1	5,4	6,0	78,0	0,0	0,0	2,2	28,7	18,5	7,8	0,4	
4	Батон белый	35	2,90	3,7	6,1	38,8	225,2	0,0	0,0	0,0	74,3	6,3	24,4	0,5	
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,56	0	0	19,36	77,41	0	0	50	0	8,46	1,8	0	
6	Яблоко	90	9,30	2,3	0,2	15,1	71	0	0	0	25,2	6,9	9,9	0,6	
7															
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>60,57</b>	<b>19,68</b>	<b>24,94</b>	<b>90,01</b>	<b>665,12</b>	<b>0,07</b>	<b>0,15</b>	<b>0,59</b>	<b>67,32</b>	<b>268,83</b>	<b>72,59</b>	<b>72,11</b>	<b>4,16</b>

**ЗАВТРАК**

Дети с 12 - 18 лет.																			
59 чел.																			
№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ЦЕНА ПОРЦИИ	Б	Ж	У	ЭН-КАЯ ЦЕННОСТЬ	B1	B2	A	C	P	Ca	Mg	Fe				
1	Запеканка из творога с маслом	200	34,77	0,9	0,1	3,1	19,3	0,0	0,0	0,1	20,1	20,9	11,2	16,1	0,8				
2	Масло сливочное (порция)	15	8,55	17,8	19,7	12,6	298,5	0,1	0,2	0,5	0,0	187,4	36,1	24,2	3,1				
3	Молоко кипяченое	200	8,60	1,1	5,4	6,0	78,0	0,0	0,0	0,1	2,2	28,7	18,5	7,8	0,4				
4	Батон белый	35	3,14	3,7	6,1	38,8	225,2	0,0	0,0	0,0	0,0	74,3	6,3	24,4	0,5				
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,62	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	50,0	0,0	8,5	1,8	0,0				
6	Яблоко	130	13,70	3,3	0,3	21,8	102,6	0,0	0,0	0,0	0,0	36,4	10,0	14,3	0,9				
7																			
	<b>Итого за день</b>		<b>70,38</b>	<b>26,87</b>	<b>31,62</b>	<b>101,70</b>	<b>801,00</b>	<b>0,09</b>	<b>0,21</b>	<b>0,80</b>	<b>72,36</b>	<b>347,73</b>	<b>90,49</b>	<b>88,60</b>	<b>5,65</b>				

Составил  /Санкова Н.А./

Мед.сестра \_\_\_\_\_

/Шалыгина Т.А./

МБОУ СОШ №2

Утверждаю \_\_\_\_\_ /Борисенко Д.А./

**МЕНЮ**

на " 10 " 10 2022 г.

День \_\_\_\_\_ 1

1 смена - 125 чел.

Дети с 7-11 лет.

**ЗАВТРАК**

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ЦЕНА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩ-ВА (ГР.)			ЭН-КАЯ ЦЕННОСТЬ	ВИТАМИНЫ (МГ.)				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩ-ВА (МГ)			
				Б	Ж	У		B1	B2	A	C	P	Ca	Mg	Fe
1	Огурец свежий	45	7,36	0,4	0,05	1,2	6,55	0,01	0,02	0,01	4,68	19,7	10,8	6,6	0,5
2	Котлета мясная (говядина)	75	36,86	14,2	20,9	10,2	284,3	0	0,1	0	0	12,1	18,9	134,3	2,1
3	Соус томатный	50	1,30	3,1	5,7	23,7	158	0,04	0,09	29	6,4	221	45	33	1,2
4	Макароны отварные с маслом	150	7,89	2,4	15,2	3,18	172	0,02	0,15	99	0,01	46,5	66	17	0,15
5	Чай с лимоном	200	3,91	0,2	0	0	56	0	0	0	2,2	2	12	6	0,8
6	Хлеб пшеничный	30	1,56	1,98	0,36	11,88	59,4	0,05	0,024	0	0	121,8	8,7	14,1	1,17
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,62	1,38	1,2	12,4	68,83	0,95	0,05	0	73	24	59	23	0,28
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>60,51</b>	<b>23,66</b>	<b>43,41</b>	<b>62,56</b>	<b>805,08</b>	<b>1,07</b>	<b>0,43</b>	<b>128,01</b>	<b>86,29</b>	<b>447,10</b>	<b>220,40</b>	<b>234,00</b>	<b>6,20</b>

Дети с 12 - 18 лет.

**ЗАВТРАК**

56 чел.

1	Огурец свежий	50	8,16	0,4	0,1	1,3	7,3	0,0	0,0	0,0	4,2	21,9	12,0	7,3	0,6
2	Котлета мясная (говядина)	100	45,28	18,9	27,9	13,6	379,1	0,0	0,1	0,0	0,0	16,1	25,2	179,1	2,8
3	Соус томатный	50	1,30	3,1	5,7	23,7	158,0	0,0	0,1	29,0	6,4	221,0	45,0	33,0	1,2
4	Макароны отварные с маслом	200	8,61	3,2	20,3	4,2	229,3	0,0	0,2	132,0	0,0	62,0	88,0	22,7	0,2
5	Чай с лимоном	200	3,91	0,2	0	0	56	0	0	0	2,2	2	12	6	0,8
6	Хлеб пшеничный	30	1,56	1,98	0,36	11,88	59,4	0,05	0,024	0	0	121,8	8,7	14,1	1,17
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,62	1,38	1,2	12,4	68,83	0,95	0,05	0	73	24	59	23	0,28
	<b>Итого за день</b>		<b>70,44</b>	<b>29,24</b>	<b>55,45</b>	<b>67,15</b>	<b>957,91</b>	<b>1,08</b>	<b>0,52</b>	<b>161,01</b>	<b>85,82</b>	<b>468,82</b>	<b>249,90</b>	<b>285,17</b>	<b>7,01</b>

Составил \_\_\_\_\_ /Санкова Н.А./

Мед.сестра \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Шалыгина Т.А./