

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "Комбинат школьного питания"
С.Н. Лопухов



СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ СОШ № 10



2023 г

МЕНЮ ЗАВТРАК

5 ДЕНЬ

КАТЕГОРИЯ: "Дети 7- 11 лет"						
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
284	СУФЛЕ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЕ	150	222,80	19,40	7,50	19,40
433	СМЕТАНА 15%	20	31,50	0,50	3,00	0,70
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47,00	1,50	0,20	9,90
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	41,80	1,60	0,30	8,10
496	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	77,90	0,70	0,30	18,30
112	ФРУКТЫ (БАНАН)	130	125,60	2,00	0,70	28,80
ИТОГО:		540	546,60	25,70	12,00	85,20

КАТЕГОРИЯ: "За счет бюджетных средств" и "За счет средств родительской платы"(дети старше 12 лет)

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
284	СУФЛЕ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЕ	200	298,30	21,00	10,00	26,00
433	СМЕТАНА 15%	20	31,80	0,50	3,00	0,70
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	42,00	1,60	0,30	8,20
112	ФРУКТЫ (БАНАН)	130	125,70	2,00	0,70	28,80
496	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	70,10	0,60	0,20	16,50
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	93,70	3,10	0,30	19,70
ИТОГО:		590	661,60	28,80	14,50	99,90

ОБЕД

КАТЕГОРИЯ: "За счет бюджетных средств" (дети с 7 - 11 лет)						
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
123/145	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	188,70	10,10	9,40	15,90
313	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	220	181,70	13,80	4,80	20,60
495	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	84,00	0,60	0,10	20,10
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	117,00	3,80	0,40	24,60
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	62,40	2,40	0,50	12,10
112	ФРУКТЫ (БАНАН)	140	133,90	2,10	0,70	30,70
ИТОГО:		890	767,70	32,80	15,90	124,00

КАТЕГОРИЯ: "За счет бюджетных средств" и "За счет средств родительской платы"(дети старше 12 лет)

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
123/145	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	188,70	10,10	9,40	15,90
313	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	206,80	15,60	5,40	23,40
574	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	83,40	3,20	0,60	16,20
112	ФРУКТЫ (БАНАН)	150	143,30	2,20	0,80	32,80
495	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	84,00	0,60	0,10	20,10
573	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	117,00	3,80	0,40	24,60
ИТОГО:		940	823,20	35,50	16,70	133,00

ПОЛДНИК

КАТЕГОРИЯ: "Дети 7- 11 лет"						
№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
212	ЛАПШЕВИК С ТВОРОГОМ	150	280,0	13,4	10,7	31,9
433	СМЕТАНА 15%	10	15,8	0,2	1,5	0,3
352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	107,3	0,1	0,1	22,6
ИТОГО:		340	403,1	13,7	12,3	54,8

КАТЕГОРИЯ: "Дети старше 12 лет"

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
212	ЛАПШЕВИК С ТВОРОГОМ	200	374,0	17,7	14,5	62,0
433	СМЕТАНА 15%	15	23,6	0,4	2,3	0,5
352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	119,1	0,1	0,1	25,1
ИТОГО:		415	516,70	18,20	16,90	87,60

При замене блюда в меню, обязательно создается приказ на замену....

Заведующий производством