

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

К.С. Зульхиджина
Р.Ф. Калименко

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

11 сентября 2023г. -16 сентября 2023г.

Рацион: 1_Комплекс_121 руб.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	200/10	29,60	9,47	11,57	42,82	290,33		173
	Кофейный напиток с молоком	200	20,08	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
	Хачапури с сыром	50	30,69	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Хлеб пшеничный	30	3,06	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	1,92	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Фрукт свежий	1	36,00	0,8	0,8	19,6	94		
Итого за Завтрак			121,35	24,34	30,33	117,44	816,18		

Рацион: 1_Комплекс_121 руб.

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Завтрак	Икра кабачковая ттк	100	23,99	1,9	8,9	7,7	119	7	
	Зразы рубленые (свин.)	100	61,06	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	200	20,06		6	35,2	303,32		309
	Чай с лимоном	200/7	7,84	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб пшеничный	50	5,10	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	3,84	1,9	1,2	19,92	85,6		
	Итого за Завтрак		121,89	27,05	40,05	119,4	1010,1	11,23	

Рацион: 1_Комплекс_121 руб.

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	250/10	36,54	20,69	25,38	58,3	386		173
	Булочка домашняя	100	29,07	7,32	6,52	56,4	312,32		424
	Чай с молоком	200	10,10	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Хлеб ржаной	50	4,80	2,38	1,5	24,9	107		
	Хлеб пшеничный	45	4,60	3,6	1,08	21,6	108	0,07	
	Фрукт свежий	1	36,00	0,8	0,8	19,6	94		
Итого за Завтрак			121,11	36,19	36,88	198,5	1098,32		

Рацион: 1_Комплекс_121 руб.

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Завтрак	Суфле из кур или бройлеров-цыплят с рисом	100	53,84	12,68	21,08	4,06	256,88	1,16	300
	Пюре картофельное	180	31,18	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Чай с сахаром	200	4,38	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка с маком	75	25,68	5,49	4,89	42,3	234,24		424
	Хлеб пшеничный	30	3,06	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	2,88	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Завтрак		121,02	25,87	33,77	149,2	960,14		

Рацион: 1_Комплекс_121 руб.

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Завтрак	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	62,35	13,6	25,4	26,3	356		268
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	30,50	10,99	8,2	45,37	350,38	2,7	44
	Компот из смеси сухофруктов	200	11,58	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Гребешок с повидлом	50	17,20	2,8	1,08	23,6	115,34		406
	Хлеб пшеничный	25	2,56	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	25	2,40	1,19	0,75	12,45	53,5		
Итого за Завтрак			126,59	30,64	36,09	148,72	1043,22	1	

Рацион: 1_Комплекс_121 руб.

СУББОТА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
				Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" с маслом	250/10	45,65	5,99	6,96	31,73	281,38		175
	Масло (порциями)	10	9,48	0,04	3,64	0,08	33		14
	Сыр (порциями)	40	38,88	10,56	10,64		137,44	0,32	15
	Кофейный напиток с молоком	200	20,08	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
	Хлеб пшеничный	40	4,08	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	2,88	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Завтрак		121,05	24,39	25,78	81,91	713,02		
В том числе:									
стоимость питания в день согласно Родительской платы составляет:									121-00
разницу стоимости питания в день и стоимости питания согласно Родительской платы исполнитель берет на себя									

Зав. производством

Ю.А. Зуикова