

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

К.С. Зухиджидина
Р.Ф. Калиенко

Меню

ШКОЛА №2

ПОНЕДЕЛЬНИК

25 сентября 2023г. -29 сентября 2023г.

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	рассыпчатая с овощами							
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94	20	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			11,96	8,89	92,33	531,58	1	
Итого за день 51,50 рубль								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Азу по-татарски (свинина)_	260	17,17	9,29	4,84	175,35	1	637
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			19,17	10,55	39,76	320,95	1	
Итого за день 51,50 рубль								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Рагу из овощей_	150	2,52	3,95	15,35	98,07	17,9	143
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94	20	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			5,32	6,01	69,87	337,67		
Итого за день 51,50 рубль								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Плов (свин.)_	250	27,5	28,14	43,39	536,65	2,14	265
	Кисель "Витошка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб ржаной	50	2,38	1,5	24,9	107		
Итого за Завтрак			29,98	29,68	92,29	738,65	20	
Итого за день 51,50 рубль								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша Царская с курой_	260	78,52	49,06	26,18	861,46	6	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			80,52	50,32	61,1	1007,06	0,03	
Итого за день 51,50 рубль								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова