

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО

Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калинин

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

04 марта 2024г. - 07 марта 2024г.

Рацион: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	250/10	11,72	14,32	53,02	359,46		173
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,98	101	1,3	379
	Хачапури с сыром	50	7,55	13,98	14,7	218,05	0,17	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,98	19,2	98	0,06	
	Хлеб ржаной	25	1,2	0,75	12,45	55		
Итого за Завтрак			29,84	32,67	115,33	827,51		
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9	66,13	218	2,2	102
	Грени	30	3,6	0,6	18,9	94,5		371
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,98	11,62	75,48	482,23		171
	Кисель "Витошка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,98	19,2	98	0,06	
	Хлеб ржаной	35	1,67	1,05	12,43	77		
Итого за Обед.			40,12	53,08	225,73	1363,97	22	
Итого за день			223,48 рубля					

Рацион: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	18,58	317,18	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		308
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	328
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,8	20	389
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,85	0,6	9,66	42,8		
	Итого за Завтрак		22,85	30,68	69,55	823,47		
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,88	82,02
	Шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	358		288,04
	Рагу из овощей	180	3,02	4,74	18,42	117,68	21,48	143
	Напиток из плодов шиповника	200	0,88	0,14	35,28	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,98	19,2	98	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		23,88	37,02	135,42	905,48		
Итого за день			223,48 рубля					

Рацион: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Запеканка творожная с яблоком/	180	16,28	18,74	33,55	368,57	2,28	163,03
	Молоко стуженное	20	1,44	6	11,2	98	0,2	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,08	15	60	0,03	378
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Булочка с корицей	75	5,69	4,84	38,25	220,76		438
	Итого за Завтрак		26,94	30,94	124,94	871,53		
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,65	2,78	24,23	172	16,5	103,03
	Биточки (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	358		288,03
	Рис припущенный с овощами	180	6,2	7,19	34,24	228,08	3,28	205
	Компот из ягод (заморожена)	200	0,88	0,14	35,28	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,98	19,2	98	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		27,78	37,37	154,17	1058,08		
Итого за день			223,48 рубля					

Рацион: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суфле из отварной рыбы (горбуша) с рисом паровое(с/г)	100	15,74	12	9,3	208,28		235
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,08	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,98	19,2	98	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Завтрак		24,2	20,04	130,94	749,48	24,39	
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	98,02
	Плов из бройлер-цыпленка	280	27,18	31,59	87,03	700,99	9,1	291
	Кисель "Витошка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		36,71	38,35	189,3	1161,18	20	
Итого за день			223,48 рубля					

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова