

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

09 декабря 2024г. -13 декабря 2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	7,2	52,9	172,8	1,76	102
	Гренки_	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Гуляш свинина_	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			33,18	48,23	167,55	1096,23	2	
Итого за день 79,18 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Зразы рубленые (свин.)_	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Кисель_	200	0,1	0,04	30,12	121	3	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			21,37	30,55	116,37	875,17	3	
Итого за день 79,18 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	Тефтели 2-й вариант /свин/_	60/30	6,96	16,1	11,6	223	0,92	279
	Пюре картофельное_	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Компот из изюма_	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			20,06	26,6	135,2	809,98		
Итого за день 79,18 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Рассольник ленинградский на курином бульоне_	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02
	Плов (свин.)_	200	22	22,51	34,71	429,32	1,71	265
	Компот из ягод (заморозка)_	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,91	1,2	19,92	88		
Итого за Обед.			33,11	29,17	152,6	958		
Итого за день 79,18 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.								
	Суп из овощей на курином бульоне_	200/10	1,22	3,84	7,04	73,27	7,98	99,02
	Печень по-строгановски	50/50	40,61	32,81	9,36	462,5	1	255
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			57,39	48,01	123,64	1118,96		
Итого за день 79,18 рублей								

Зав. производством

(Handwritten signature)

Ю.А. Зуйкова