

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко



Меню
ШКОЛА №2

Рацион: 2_Комплекс_№2_

09 января 2024г. -11 января 2024г.

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9	66,13	216	2,2	102	
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6	63		371	
	Биточек из свинины	100	13,6	25,4	26,3	356		268	
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171	
	Булочка с корицей	100	7,00	6,0	52,0	280,00		424,01	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03		
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44			
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376	
	Итого за Обед.			27,63	30,09	205,23	986,55	6	
	Итого за день 146,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02	
	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274	
	Пюре картофельное	100	2,09	3,4	32,5	151,68	12,13	312	
	Капуста тушеная	100	7,12	7,12	19,45	126,12	17,2	139	
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348	
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424	
	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.			36,01	42,85	175,72	1137,14		
	Итого за день 146,00 рублей								

Рацион: 2_Комплексе_№2_

СУББОТА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Плов из бройлер-цыплят	200	19,42	22,57	62,17	500,71	6,51	291
	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		
	Булочка с маком	75	5,49	4,89	42,3	234,24		424
	Итого за Обед.			29,3	33,48	158,33	1014,75	
Итого за день 146,00 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова