

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калиенко



Рацион: 3_Комплекс_№2_

Меню
ШКОЛА №2

ЧЕТВЕРГ

09 января 2024г. -11 января 2024г.

| 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 |
| | Булочка с корицей | 100 | 7,00 | 6,0 | 52,0 | 280,00 | | 424,01 |
| | Кисель "Витошка" | 200 | | | 24 | 95 | 20 | 352 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 1,67 | 1,05 | 17,43 | 77 | | |
| Итого за Обед. | | | 16,53 | 16,65 | 173,75 | 747,71 | 20 | |
| Итого за день 75,00 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 3_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 |
| | Компот из изюма | 200 | 0,46 | 0,1 | 33,12 | 132 | | 348 |
| | Булочка домашняя | 75 | 5,49 | 4,89 | 42,3 | 234,24 | | 424 |
| | 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. | | | 16,11 | 11 | 116,49 | 596,24 | | |
| Итого за день 75,00 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 3_Комплекс_№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 |
| | 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 | 25 | 1,19 | 0,75 | 12,45 | 55 | | |
| | Булочка с маком | 75 | 5,49 | 4,89 | 42,3 | 234,24 | | 424 |
| Итого за Обед. | | | 10,91 | 11,3 | 103,45 | 549,04 | | |
| Итого за день 75,00 рублей | | | | | | | | |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова