

Меню школьного питания на

14.09.2023 МОБУ СОШ с. Михайловка

МЕНЮ осень-зима

Рацион: Школьное меню

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Оленникова Н.А.



Четверг 2 неделя

Категория: 1-4 кл. ММС, ОВЗ

День:

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
471,00	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	90	8,00	7,20	6,30	123,00
520	картофельное пюре	180	3,60	5,60	24,00	168,30
692	кофейный напиток на молоке	200	2,90	2,80	14,90	94,00
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	50	3	0,5	27,5	127
366,00	Сыр (порциями)	10	2,60	2,60		35
Итого за Завтрак				20,10	18,70	72,70
Обед						
42	салат из белокачанной капусты с яблоками	60	1,10	2,70	5,70	55,00
34,00	Свекольник	200	1,60	4,08	10,90	86,40
388,00	Котлеты или биточки рыбные	90	21,60	10,50	12,40	233,0
297	Каша гречневая рассыпчатая	180 /5	10,60	6,80	46,30	312,00
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	50	3	0,5	27,5	127
Итого за Обед				37,90	24,58	126,30
Итого за день				58,00	43,28	199,00
						1454,70

5-11 кл ММС,
Категория: ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
471,00	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	120	10,70	9,60	8,40	165,00
520	картофельное пюре	230	4,7	7,3	30,7	215
692	кофейный напиток на молоке	200	2,90	2,80	14,90	94,00
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152

366,00	Сыр (порциями)	10	2,60	2,60		35
Итого за Завтрак			24,50	22,90	87,00	661,00
Обед ОВЗ						
42	салат из болокачанной капусты с яблоками	100	1,80	4,60	9,60	91,00
34,00	Свекольник	250	2,00	5,10	13,70	108,00
388,00	Котлеты или биточки рыбные	120	28,80	14,00	16,60	311,0
297	Каша гречневая рассыпчатая	250 /10	14,70	11,90	64,40	455,00
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			50,90	36,20	160,80	1212,00
Итого за день			75,40	59,10	247,80	1873,00

Меню школьного питания

Рацион: Школьное меню

Категория: 5-11 кл родительская плата
Стоимость

Обед						
42	салат из болокачанной капусты с яблоками	100	1,80	4,60	9,60	91,00
34,00	Свекольник	250	2,00	5,10	13,70	108,00
297	Каша гречневая рассыпчатая	250 /10	14,70	11,90	64,40	455,00
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания с витамином и железом	60	4	0,6	33,0	152
Итого за Обед			50,90	36,20	160,80	1212,00
Итого за день			75,40	59,10	247,80	1873,00