

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 г. Лыгова»



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы С. Г. Мяточкина

Ежедневное меню основного питания на "02" сентября 2021 года

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность, ккал	Пищевые вещества			Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность, ккал	Пищевые вещества			
					Белки	Жиры	Углеводы					Белки	Жиры	Углеводы	
Возрастная категория 7-11 лет															
160	Каша молочная ячневая	200	9,54	188,30	4,44	8,61	36,80	Каша молочная ячневая	500	23,85	87,65	3,19	7,26	44,80	
639	Какао с молоком	200	7,32	187,10	6,36	5,04	9,83	Какао с молоком	200	7,32	387,10	6,36	5,04	9,83	
3	Бутерброд с маслом сыром	30/10/30	20,18	120,10	4,25	6,10	15,52	Бутерброд с маслом с сыром	40/10/30	20,56	120,10	8,25	6,10	15,52	
по техн	Апельсин	100	12,18	57,00	0,20	0,00	8,10	Апельсин	100	12,18	57	0,2	0	8,1	
	Итого		49,22								63,91				
	Итого за прием пищи	200		552,50	15,25	15,75	70,25	Итого за прием пищи	500		651,85	18,00	18,40	84,45	
обед															
по техн	Помидор Свежий порция	80	5,35	12,00	0,55	0,10	1,90	Помидор Свежий порция	100	6,70	14	0,75	0,15	2,1	
139	Суп картофельный с фасолью на кр/б	250	13,15	144,30	7,27	4,09	14,97	Суп картофельный с фасолью на кр/б	250	13,15	144,3	7,27	7,39	6,97	
374	Рыба запеченная с овощами	100	18,74	121,15	7,92	7,13	13,52	Рыба запеченная с овощами	100	18,74	128,9	7,67	4,37	29,68	
520	Картофельное пюре	150	9,82	164,00	4,97	8,06	27,70	Картофельное пюре	200	13,10	154,65	8,07	15,32	28,14	
686	Чай с сахаром, лимоном	200/7	3,16	107,80	0,90	0,10	23,86	Чай с сахаром, лимоном	200/7	3,16	107,8	0,9	0,1	23,86	
по техн	Хлеб йодированный	80	2,61	73,50	2,34	0,27	15,30	Хлеб йодированный	80	2,61	74	2,34	0	15,3	
	Итого		52,83								57,46				
	Итого за прием пищи			622,75	23,95	23,75	97,25	Итого за прием пищи			723	27	27,6	723,15	
	Всего за день			1175	39,2	3,5	167,5	Всего за день			1375	45	46	191,5	

Шеф-повар: /О. Н. Коростелева/
Медсестра: /О. Н. Полуянова/

Ответственный за питание /Н. В. Самсонова/
Председатель Совета родителей /В. В. Щербаков/