

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



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы С. Г. Мятечкина

Ежедневное меню основного питания на "15" 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														
413	Колбаса отварная	90	32,76	51	1,2	1,65	10,88	Колбаса отварная	100	36,40	135,35	5,93	5,47	0,28
511	Рис припущеный	150/5	6,39	70,80	3,18	11,67	19,51	Рис припущеный	180	7,67	128,10	1,84	8,26	11,35
693	Какао с молоком	200	7,45	143,6	8,80	6,30	21,80	Какао с молоком	200	7,45	187,10	6,36	5,04	23,72
по техн	Хлеб йодированный	30	1,71	36,8	1,17	0,13	7,7	Хлеб йодированный	30	1,71	36,8	1,17	0,13	30
по техн	Апельсин	100	14,04	85,3	0,9		23,8	Апельсин	100	14,04	57	0,2	0	14,7
	Итого		62,35					Итого		67,27				
	Итого за прием пищи			387,50	15,25	15,75	53,75	Итого за прием пищи			544,35	15,50	18,90	79,75
обед														
81	Икра морковная	80		12	0,55	0,1	1,9	Икра морковная	80		78,24	0,26	0	6,5
110	Борщ со сметаной на кур./б.	250/5		130,4	3	3,35	19,08	Борщ со сметаной на кур./б	250/50		194,5	9,29	13,76	21,5
505	Кнели из кур., соус сметанный с луком	90/50		129,1	14,26	10,35	30,67	Кнели из кур., соус сметанный с луком	90/50		202,26	4,46	7,42	27,41
332	Вермишель с маслом	30		237,5	4,1	11,18	23,58	Вермишель с маслом	150/5		162,15	13,15	6,65	7,84
633	Компот из яблок	200		105			8,22	Компот из яблок	200		105	0		35,2
по техн	Хлеб йодированный	80		73,5	2,34	0	15	Хлеб йодированный	80		73,5	2,34	0,27	15,3
	Итого за прием пищи			687,50	24,95	25,25	98,75	Итого за прием пищи			815,65	29,5	27,1	113,75
	Всего за день			1075	40,2	41	152,5	Всего за день			1360	45	46	193,5

Шеф –повар: Коростелева /О. Н. Коростелева/

Ответственный за питание Самсонова /Н. В. Самсонова/

Медсестра: Пблуянова /О. Н. Пблуянова/

Председатель Совета родителей Щербаков /В. В. Щербаков/