



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

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы С. Г. Мятечина

Ежедневное меню основного питания на "04" марта 2022 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															
по техн	Сыр порционно	30	13,20	108,30	5,04	4,19		Сыр порционно	30	13,20	108,30	8,04	3,79		
458	Котлета паровая	90	32,43	135,40	3,60	4,10	22,01	Котлета паровая	100	36,03	53,45	5,85	7,35	22,01	
520	Картофельное пюре	150	13,90	49,00	5,04	7,13	27,05	Картофельное пюре	200	18,53	201,00	0,04	7,13	11,75	
1011	Чай с молоком	200	4,15	85,30	0,90	0,00	23,86	Чай с молоком	200	4,15	85,30	0,90	0,00	23,86	
по техн	Хлеб йодированный	30	1,71	36,80	1,17	0,13	7,70	Хлеб йодированный	30	1,71	36,80	1,17	0,13	7,70	
по техн	Апельсин	45	4,77	57	0,2	0	8	Апельсин	45	4,77	57	0,2	0	8	
	Итого		70,16					Итого			78,39				
	Итого за прием пищи			414,80	15,75	15,75	60,62	Итого за прием пищи				544,35	16	18,4	65,32
Завтрак															
Возрастная категория 12-18 лет															
обед															
по техн	Свежий помидор	80	12,63	102	4,4	4,39	29,9	Свежий помидор	100	15,78	102	11,8	4,39	29,9	
132	Рассольник со сметаной на кур./б.	250/5	20,22	103	6,6	10,44	0,96	Рассольник со сметаной на кур./б.	255	20,62	103	0,66	10,74	0,96	
443	Плов из отварного мяса	210	37,17	397,7	8,75	8,65	29,62	Плов из отварного мяса	230	40,71	453,15	13,6	13,2	35,79	
640	Кисель фруктовый	200	6,32	84	0,6	0	31,1	Кисель фруктовый	200	6,32	84	0,6	0	31,1	
по техн	Хлеб йодированный	80	2,61	73,5	2,34	0,27	15,3	Хлеб йодированный	80	2,61	73,5	2,34	0,27	28,43	
	Итого		78,95								86,04				
	Итого за прием пищи			760,20	22,79	23,75	106,88	Итого за прием пищи				815,65	29	27,6	126,18
	Всего за день			1175	38,54	39,5	167,5	Всего за день				1360	45	46	191,5

Шеф-повар: *[Signature]* /О. В. Белоусова/

Медсестра: *[Signature]* /В. В. Бадулина/

Ответственный за питание: *[Signature]* /Н. В. Самсонова/

Председатель Совета родителей: *[Signature]* /В. В. Щербаков/