



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

С. Г. Мятечина

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

Ежедневное меню основного питания на "10" 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														Завтрак
366	Запеканка творожная со сметаной	200	48,14	178,80	2,50	3,60	23,70	Запеканка творожная со сметаной	250	60,17	374,00	6,60	7,20	21,04
692	Кофеинный напиток с молоком	200	9,10	90,36	0,80		28,10	Кофеинный напиток с молоком	250	9,10	152,00	2,60	3,60	38,70
674	Яблоко печеное	100	7,80	254,14	10,95	11,15	16,95	Яблоко печеное	100	7,80	83,18	7,4	7,6	17,61
по техн	Зефир	45	8,37					Зефир	45	8,37				
	Итого		73,41					Итого			85,44			
	Итого за прием пищи			523,30	14,25	14,75	68,75	Итого за прием пищи			609,00	16,50	18,40	77,35
обед														
49	Салат из моркови	80	6,44	102	1,3	2,9	13,9	Салат из моркови	80	6,44	122	2,3	3,9	14,9
138	Суп картофельный с пшеном на кур./б	250	17,92	321,15	7,92	7,13	13,52	Суп картофельный с пшеном на кур./б	250	17,92	158	9,7	5,8	21,2
447	Мясо тушеное с капустой, яблоком	210	65,78	163,77	5	8,06	27,7	Мясо тушеное с капустой, яблоком	210	65,78	374,15	12,76	18	37,65
по техн	Сок яблочный	200	7,40	107,8	0,9	0	23,86	Сок яблочный	200	7,40	108	1,4		26,6
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	15,3
	Итого за прием пищи			100,15				Итого за прием пищи			100,15			
	Всего за день			1291,5	39,5	41,4	179,9	Всего за день			815,65	28,5	27,6	115,65
											1400	45	46	193

Шеф-повар:  /О. Н. Белоусова/

Ответственный за питание:  /Н. В. Самсонова/

Медсестра:  /В. В. Бадулина/

Председатель Совета родителей:  /В. В. Щербаков/