

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



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы С.Г. Мятечина

Ежедневное меню основного питания на "15" 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															
49	Салат морковный	80	6,74	51,00	1,20	1,65	10,88	Салат морковный	80	6,74	95,30	1,80	1,95	12,88	
461	Мясные паровые тефтели	80	26,62	70,80	3,18	11,67	19,51	Мясные паровые тефтели	100	33,27	143,35	8,83	8,42	22,50	
509	Каша гречневая с маслом	150/5	10,17	143,60	8,80	6,30	21,80	Каша гречневая с маслом	180/5	12,20	183,60	5,80	7,30	28,80	
685	Чай с сахаром	200	1,35	85,30	0,90	0,00	23,86	Чай с сахаром	200	1,35	85,30	0,90	0,00	10,56	
по техн	Хлеб йодированный	30	1,71	36,80	1,17	1,17	7,70	Хлеб йодированный	30	1,71	36,80	1,17	0,13	7,70	
по техн	Печенье "Везелинка"	70	17,81					Печенье "Везелинка"	70	17,81					
	Итого		64,40								73,08				
	Итого за прием пищи			387,50	19,25	19,75	83,75	Итого за прием пиши				544,35	18,50	17,80	82,45
обед															
71	Винегрет овощной	80	4,78	90,00	0,25	0,08	11,20	Винегрет овощной	100	5,97	92	0,32	0,1	13,2	
148	Суп лапша-домашняя на кур/б	250	13,01	220,00	4,08	4,97	17,55	Суп лапша-домашняя на кур./б	250	13,01	220	4,08	4,97	33,65	
487	Куры вареные	100	31,80	212,00	4,95	9,28	13,90	Куры вареные	100	31,80	212	7,95	9,28	13,9	
511	Рис с маслом	150/5	11,05	165,00	12,01	13,05	22,34	Рис с маслом	200/5	14,73	156	12,49	13,58	12,14	
639	Компот из сух.фруктов	200	5,04	62,00	0,32	0,00	20,86	Компот из сух.фруктоа	200	5,04	62	0,32	0	20,86	
по техн	Хлеб йодированный	80	2,61	73,50	2,34	0,27	15,30	Хлеб йодированный	80	2,61	73,5	1,34	0,27	15,3	
	Итого		68,29								73,16				
	Итого за прием пищи			822,50	39,20	39,50	171	Итого за прием пиши				815,65	26,5	28,2	109,05
	Всего за день			1210	58,54	59,25	255	Всего за день				1360	45	46	191,5

Шеф-повар: /О. В. Белоусова/

Ответственный за питание /Н. В. Самсонова/

Медсестра: /В. В. Бадулина/

Председатель Совета родителей /В. В. Щербаков/