

Согласовано

Директор МБОУ Трудовская СОШ

Терентьев А.А.

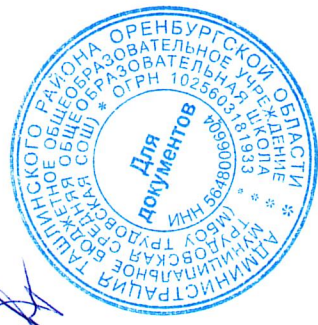


**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ТАШЛИНСКОГО РАЙОНА**

Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-16к	каша "Дружба"	200	21,00	169	5	6	24
		54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	15	17,00	54	4	4	0
	гор.напиток	54-3гн	чай с лимоном и сахаром	200		28	0	0	7
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	фрукты	пром.	банан	150	14,00	142	2	1	32
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
				Итого	635	62	541	16	12
Обед									
	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
хлеб черн.									

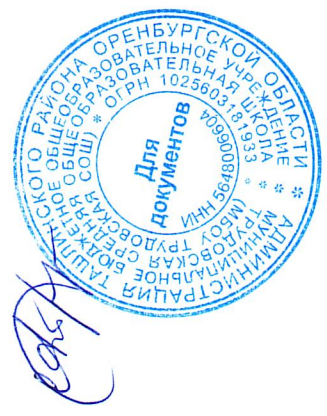
*Handwritten signature*





Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-6к	каша молочная жидкая пшенная	200	21,00	275	8	10	38
	гор.напиток	54-23гн	кофейный напиток с молоком	200		86	4	3	11
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	фрукты	пром.	яблоко	120	14,00	53	1	1	12
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
				Итого	590	45	562	18	14
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								





Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	54-1т	запеканка из творога	200	21,00	402	40	14	29	
	гор.напиток	54-4гн	чай с молоком и сахаром	200	17,00	51	2	1	9	
	хлеб	пром.	джем из мандаринов	20		58	0	0	14	
	фрукты	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22	
	хлеб	пром.	апельсин	100	14,00	38	1	0	8	
			пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
				Итого	590	62	696	47	16	91
Обед	закуска									
	1 блюдо									
	2 блюдо									
	гарнир									
	сладкое									
	хлеб бел.									
	хлеб черн.									





Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-11к	каша вязкая молочная овсяная с курагой	200	21,00	280	9	11	37
	гор.напиток	54-3гн	чай с лимоном и сахаром	200	17,00	32	0	0	8
		54-6о	яйцо вареное	15		57	5	4	0
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	фрукты	пром.	мандарин	140	14,00	49	1	0	11
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
				Итого	625	62	565	20	16
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								





Школа

МБОУ Трудовская СОШ

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-21к	каша молочная рисовая	200	21,00	185	5	5	29
	гор.напиток	54-3гн	чай с молоком и сахаром	200	10,00	28	0	0	7
	хлеб	53-19з	масло сливочное (порциями)	10		66	0	7	0
	фрукты	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	хлеб	пром.	банан	100	14,00	95	2	1	21
		пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			Итого	580	55	521	12	14	87
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								





Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-27к	каша вязкая молочная манная	200	21,00	174	5	6	25
	гор.напиток	54-2гн	чай с сахаром	200					
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	фрукты	пром.	яблоко	150	14,00	67	1	1	15
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
				Итого	620	45	416	11	7
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

*Handwritten signature*





Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1о	омлет натуральный	150	21,00	30	2	0	5
		54-20з	горошек зеленый	80	10,00	30	2	0	5
	гор.напиток	54-3гн	чай с лимоном и сахаром	200		28	0	0	7
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	фрукты	пром.	апельсин	100	15,00	38	1	0	8
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
				итого	600	56	273	11	1
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								





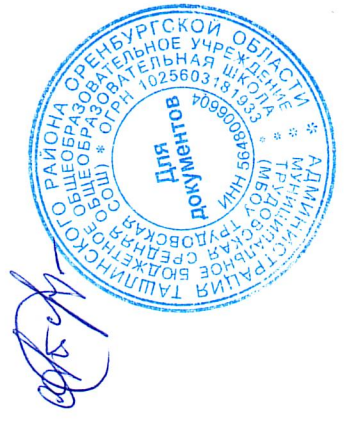
Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	168	каша молочная гречневая	200	12,00	146	5	5	21	
	гор.напиток	54-23гн	кофейный напиток с молоком	200		86	4	3	11	
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22	
	фрукты	пром.	апельсин	100	14,00	68	1	0	16	
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8	
				Итого	570	36	449	14	9	78
Обед	закуска									
	1 блюдо									
	2 блюдо									
	гарнир									
	сладкое									
	хлеб бел.									
	хлеб черн.									





Школа		МБОУ Трудовская СОШ			Отд./корп		День		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1к	каша молочная кукурузная	200	21,00	208	6	6	33
		53-193	масло сливочное (порциями)	10	8,00	66	0	7	0
	гор.напиток	54-4гн	чай с молоком и сахаром	200		51	2	1	9
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	фрукты	пром.	яблоко	120	14,00	62	1	1	14
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
				Итого	600	53	535	13	15
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								





Школа МБОУ Трудовская СОШ Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	205	макароны отварные с овощами	200	21,00	141	4	4	23
	гор.напиток	54-3гн	чай с лимоном и сахаром	200	10,00	28	0	0	7
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	фрукты	пром.	апельсин	100	14,00	38	1	0	8
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			Итого	570	55	355	10	5	68
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

