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
	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
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	31	345	10	7	61
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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	54-6к	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
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	31	509	17	14	79
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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	каша молочная пшенная	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.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	48	601	46	16	68
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

Березнов И.Н.

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
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	48	460	14	12	75
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	41	361	11	6	66
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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		27	0	0	6
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	31	349	11	6	62
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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	54-1о	каша "Дружба"	150	21,00	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
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	420	31	206	8	1	42
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	22	380	14	8	63
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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
	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
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	31	407	13	8	72
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	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		28	0	0	7
	хлеб	пром.	Хлеб пшеничный	45	5,00	106	3	0	22
	хлеб	пром.	Хлеб ржаной	25	4,50	43	2	0	8
			итого	470	31	317	9	5	60
	закуска								
	1 блюдо								
Обед	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

Черепанов А.А.