Согласовано: Директор О.В. Степанова

МБОУ СОШ №7

Утверждено: Директор ООО "Общественного Питания" Шмотова Е.А

Меню дня 31.05.2021

день8

Возрастная категория: Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
334	Кнели рыбные припущенные	90	13,32	1,88	5,20	89,80	
174	Картофель отварной в молоке	150	22,20	3,13	8,67	149,67	
616	Чай из сухой смеси с витаминами	200	0,40	0,00	20,00	80,00	
48	Квашеная капуста	60	1,08	0,06	1,80	13,80	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за приём пищи:		**40,50**	**5,59**	**55,53**	**432,47**	

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
334	Кнели рыбные припущенные	100	14,80	2,09	5,78	99,78	
174	Картофель отварной в молоке	180	26,64	3,76	10,40	179,60	
616	Чай из сухой смеси с витаминами	200	0,40	0,00	20,00	80,00	
48	Квашеная капуста	100	1,80	0,10	3,00	23,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за прием пищи:		**47,14**	**6,47**	**59,04**	**481,58**	

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
334	Кнели рыбные припущенные	90	13,32	1,88	5,20	89,80	
174	Картофель отварной в молоке	150	22,20	3,13	8,67	149,67	
616	Чай из сухой смеси с витаминами	200	0,40	0,00	20,00	80,00	
48	Квашеная капуста	60	1,08	0,06	1,80	13,80	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за прием пищи:		**40,50**	**5,59**	**55,53**	**432,47**	
	Обед						
389	Тефтели из говядины паровые	100	13,80	12,70	8,70	204,00	
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,41	44,50	303,66	
119	Икра свекольная	60	0,42	1,28	3,19	26,10	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
133	Рассольник	250	1,75	5,33	13,30	108,75	
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00	
	Итого за прием пищи:		**32,41**	**29,52**	**129,73**	**916,11**	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**72,91**	**35,11**	**185,26**	**1348,58**	

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
334	Кнели рыбные припущенные	100	14,80	2,09	5,78	99,78	
174	Картофель отварной в молоке	180	26,64	3,76	10,40	179,60	
616	Чай из сухой смеси с витаминами	200	0,40	0,00	20,00	80,00	
48	Квашеная капуста	100	1,80	0,10	3,00	23,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за прием пищи:		**47,14**	**6,47**	**59,04**	**481,58**	
	Обед						
389	Тефтели из говядины паровые	110	15,18	13,97	9,57	224,40	
237	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,46	49,44	337,40	
119	Икра свекольная	100	0,70	2,13	5,32	43,50	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
133	Рассольник	250	1,75	5,33	13,30	108,75	
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00	
	Итого за прием пищи:		**35,21**	**32,69**	**137,67**	**987,65**	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**82,35**	**39,16**	**196,71**	**1469,23**	

Возрастная категория: Род.Плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
334	Кнели рыбные припущенные	60	8,88	1,25	3,50	59,90	
174	Картофель отварной в молоке	150	22,20	3,13	8,67	149,67	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**34,68**	**4,90**	**47,03**	**368,77**	

Ответственный по питанию ____________