Согласовано: Директор _____ Ю.В. Степанова

Утверждено: Директор ООО "Общественного Питания" _____ Шмыкова Е.А.

МБОУ СОШ №7

Меню дня 21.04.2021

день 2

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						
338	Рыба запеченная в сметанном соусе с	200	18,32	19,46	22,54	339,98	
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	
115	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	
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:		**23,66**	**25,62**	**69,82**	**607,58**	

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						
338	Рыба запеченная в сметанном соусе с	200	18,32	19,46	22,54	339,98	
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	
115	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	119,00	
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:		**24,42**	**29,18**	**72,90**	**655,18**	

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						
338	Рыба запеченная в сметанном соусе с	200	18,32	19,46	22,54	339,98	
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	
115	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	
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:		**23,66**	**25,62**	**69,82**	**607,58**	
	ОБЕД						
144	Суп картофельный с бобовыми	250	5,72	3,77	21,93	144,90	
406	Плов из отварной птицы	200	15,24	15,14	36,10	341,90	
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	
507	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,50	0,20	23,10	96,00	
119	Икра свекольная или морковная	60	1,44	4,26	6,24	69,00	
	Итого за прием пищи:		**28,58**	**24,17**	**120,41**	**815,40**	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**52,24**	**49,79**	**190,23**	**1422,98**	-

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						
338	Рыба запеченная в сметанном соусе с	200	18,32	19,46	22,54	339,98	
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	
115	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	119,00	
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:		**24,42**	**29,18**	**72,90**	**655,18**	
	ОБЕД						
144	Суп картофельный с бобовыми	250	5,72	3,77	21,93	144,90	
406	Плов из отварной птицы	280	21,34	21,20	40,29	478,65	
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	
507	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,50	0,20	23,10	96,00	
119	Икра свекольная или морковная	100	2,40	7,10	10,40	115,00	
	Итого за прием пищи:		**35,64**	**33,07**	**128,76**	**998,15**	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**60,06**	**62,25**	**201,66**	**1653,33**	-

Возрастная категория: Род.Плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
	Биточек из ф/минтая	60					
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	
115	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	
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 ДЕНЬ:		**4,74**	**5,86**	**39,48**	**230,60**	

Ответственный по питанию _____