

ООО "Профпитание"



ГЕН ДИРЕКТОР

ТИТОВА Е.А.

**Примерное меню для организации
питания учащихся
МОУ "средняя школа № 48" 1-4 классов**

Утверждаю директор
МОУ "средняя школа № 48"
Молинская О.Ф.



ВЫХОД	НАИМЕНОВАНИЕ	К/КАЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ
	понедельник				
	1 неделя				
	ЗАВТРАК				
200/5	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	310,428	8,825	13,120	39,204
200/15	ЧАЙ С САХАРОМ	60,000	0,070	0,020	15,000
15/20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100,760	5,060	4,625	9,660
150	ФРУКТЫ(яблоко)	70,500	0,600	0,600	14,700
	ИТОГО:	541,688	14,555	18,365	78,564
	вторник				
	1 неделя				
	ЗАВТРАК				
80/30	БИТОЧЕК КУРИНЫЙ С СОУСОМ	207,860	12,450	13,93	8,200
150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	195,714	5,457	5,785	30,457
200/15	ЧАЙ С САХАРОМ	60,000	0,070	0,020	15,000
20/30	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ	128,800	5,380	10,450	10,450
15	БАТОН	35,070	1,185	0,150	7,245
	ИТОГО:	627,44	24,54	30,34	71,35
	среда				
	1 неделя				
	ЗАВТРАК				
120/30	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕНКОЙ	416,400	20,390	16,98	43,83
200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	62,000	0,130	0,020	15,200
50	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	159,000	3,640	6,260	21,960
	ИТОГО:	637,400	24,160	23,260	80,990

ВЫХОД	НАИМЕНОВАНИЕ	К/КАЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ
	четверг				
	1 неделя				
	ЗАВТРАК				
70	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	167,737	6,177	14,970	1,465
150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	137,250	3,061	4,800	20,430
200/15	ЧАЙ С САХАРОМ	60,000	0,070	0,020	15,000
40	БАТОН	93,520	3,160	0,400	19,320
	ИТОГО:	458,507	12,468	20,190	56,215
	пятница				
	1 неделя				
	ЗАВТРАК				
100	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	166,000	11,650	11,660	3,510
150	РИС ОТВАРНОЙ	230,800	3,810	6,630	38,610
200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	62,000	0,130	0,020	15,200
40	БАТОН	93,520	3,160	0,400	19,320
50	КРЕНДЕЛЕК САХАРНЫЙ	220,500	4,580	5,700	38,930
	ИТОГО:	772,82	23,33	24,41	115,57

ВЫХОД	НАИМЕНОВАНИЕ	К/КАЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ
	понедельник				
	2 неделя				
	ЗАВТРАК				
150/30	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	300,960	12,186	14,336	30,698
200/15	ЧАЙ С САХАРОМ	60,000	0,070	0,020	15,000
20/30	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ	128,800	5,380	10,450	10,450
150	ФРУКТЫ(банан)	144,000	2,250	0,750	31,500
	ИТОГО:	633,760	19,886	25,556	87,648
	вторник				
	2 неделя				
	ЗАВТРАК				
200/5	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ	253,810	5,935	10,913	32,683
200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ,ЛИМОНОМ	62,000	0,130	0,020	15,200
125	ЙОГУРТ	127,200	4,200	3,125	20,850
50	КОРЖИК ТВОРОЖНЫЙ	131,000	6,540	3,030	19,340
30	БАТОН	70,140	2,370	0,300	14,490
	ИТОГО:	644,15	19,18	17,39	102,56
	среда				
	2 неделя				
	ЗАВТРАК				
70	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	168,000	17,780	9,380	3,150
150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	262,500	8,300	8,950	37,370
200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ,ЛИМОНОМ	62,000	0,130	0,020	15,200
40	БАТОН	93,520	3,160	0,400	19,320
	ИТОГО:	586,020	29,370	18,750	75,040

ВЫХОД	НАИМЕНОВАНИЕ	К/КАЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ
	четверг				
	2 неделя				
	ЗАВТРАК				
60/30	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	123,545	6,406	7,159	8,386
150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	137,250	3,061	4,800	20,430
200/15	ЧАЙ С САХАРОМ	60,000	0,070	0,020	15,000
40	БАТОН	93,520	3,160	0,400	19,320
	ИТОГО:	414,315	12,697	12,379	63,136
	пятница				
	2 неделя				
	ЗАВТРАК				
80	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	217,270	11,020	13,170	13,670
150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	195,714	5,457	5,785	30,457
200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	62,000	0,130	0,020	15,200
40	БАТОН	93,520	3,160	0,400	19,320
50	БУЛОЧКА ГЛАЗИРОВАННАЯ С МАКОМ	152,400	4,050	2,550	28,300
	ИТОГО:	720,90	23,82	21,93	106,95