

Согласовано

Директор МАОУ "СОШ №5"

г. Чусовой ул. 50 лет ВЛКСМ, 2/3

О.В.Корнилова

Утверждаю

Директор школьного питания

ИП Асманкин О.В.

А.Ф.Швецова

МЕНЮ одноразового питания (завтрак)

для обучающихся старше 11 лет

	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	Витамин С
			Б	Ж	У		
Понедельник	Фрикадельки из говядины в соусе	100	11,00	11,70	7,80	180,00	0,10
	Каша гречневая	200	11,40	10,46	49,43	337,40	0,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	15,00	60,00	0,00
	ИТОГО : 125,03 руб	550	26,32	22,56	94,83	695,40	0,10
Вторник	Кнели куриные с рисом	110	17,27	17,56	7,33	255,71	1,00
	Пюре картофельное	180	3,78	7,27	27,95	192,56	6,12
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из яблок с лимоном	200	0,30	0,20	25,10	103,00	3,30
	Фрукты свежие	100	0,50	0,40	9,80	50,00	10,00
	ИТОГО : 125,03 руб	640	25,65	25,83	92,78	719,27	20,42
Среда	Ёжики из говядины с соусом	100	9,50	15,30	11,40	221,00	0,80
	Макаронные изделия	200	7,05	0,90	38,71	193,20	0,02
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из с/ф	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,50
	ИТОГО : 125,03 руб	550	20,85	16,60	99,71	642,20	1,32
Четверг	Шницель из говядины с соусом	120	17,80	17,50	14,30	286,00	0,81
	Рис отварной	180	4,42	7,28	40,57	245,52	0,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,50	0,20	23,10	96,00	4,30
	ИТОГО : 125,03 руб	550	26,52	25,38	100,57	745,52	5,11
Пятница	Биточек куриный	100	15,00	10,62	9,25	188,52	0,85
	Овощное рагу	200	4,20	10,60	17,00	180,00	15,29
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,80
	Фрукты свежие	100	0,50	0,40	9,80	50,00	10,00
	ИТОГО : 125,03 руб	650	23,80	22,02	78,75	617,52	26,94
Суббота	Запеканка картофельная с мясом	70/180	29,12	29,37	23,62	475,00	5,00
	Соус томатный	50	0,71	1,20	4,63	32,35	1,35
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	15,00	60,00	0,00
	ИТОГО : 125,03 руб	550	33,75	30,97	65,85	685,35	6,35

Шеф – повар:

Т.С.Порбах