

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 блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	Витамин С
			Б	Ж	У		
Понедельник	Тефтели из говядины в соусе красном основном	120	11,40	13,36	13,68	265,20	0,00
	Макаронные изделия	180	6,79	0,81	34,84	173,88	0,02
	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	22,11	14,57	86,12	617,08	0,02
Вторник	Котлета рыбная	100	14,00	2,10	9,60	113,00	0,50
	Пюре картофельное	200	4,20	8,08	31,06	213,96	6,80
	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
	Фрукты свежие	100	0,50	0,40	9,80	50,00	10,00
	ИТОГО : 125,03 руб	550	23,00	11,18	96,16	590,96	21,60
Среда	Кура в соусе	120	13,59	13,50	4,10	192,00	2,28
	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 с/ф	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,50
	ИТОГО : 125,03 руб	550	22,31	21,18	94,27	665,52	2,78
Четверг	Голубец ленивый	120	7,87	8,02	5,91	127,45	10,41
	Каша гречневая	180	10,26	9,42	44,49	303,66	0,00
	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
	ИТОГО : 125,03 руб	550	22,23	18,04	98,10	652,11	13,71
Пятница	Рагу из птицы	70/180	19,71	20,57	21,71	354,29	14,86
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из плодов и 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	600	24,31	21,37	74,21	603,29	25,66
Суббота	Котлета из говядины с соусом	120	17,80	17,50	14,30	286,00	0,00
	Макаронные изделия	180	6,79	0,81	34,84	173,88	0,02
	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	28,51	18,71	86,74	637,88	0,02

Шеф – повар:

Т.С.Рорбах