Столовая МБОУ «Ивашкинская СШ»

меню

«Согласовано»
Начальник территориального отдела
Управления Роспотребнадзора по
Камчатскому краю в Карагинском
и Пенжинском районах
_____ Брызгалов А.А.
«30» 09 2020 г.

«Утверждаю»
Директор муниципального
бюджетного общеобразовательного
учреждения «Ивашкинская средняя
школа»
_____ Демьянова И.В.
«30» 09 2020 г.

Примерное десятидневное меню

МБОУ «Ивашкинская средняя общеобразовательная школа» 2020г.-2021 г.

№ по рецептуре	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	1 день					
	Завтрак:					
390	Каша молочная Кукурузная.	0,300	11,7	18,45	62,7	420
	Хлеб сыр	0,060	3,55	0,5	23,25	115
959	Чай	0,200	6,5	7,8	9,25	160
	Йогурт	0,150	0,45	4,2	27,0	76
	Обед:					
	Суп					
208	вермишелевый с курицы	0,300	15,96	6,15	30,21	390
	Картофельное пюре	0,200	15,96	8,9	20,93	251
692	Тефтеля мясная в соусе	0,150				185
715	Салат с ея капусты с раст маслом	0,100	7,1	1,0	46,5	239
51	Хлеб					
	Сок натуральный	0,200				108
	Полдник					
	Яблоко	0,200				
	Шоколадный батончик	0,050				
	Итого		65,81	47,0	302,34	2290
	2 день:					
	Завтрак:					
239	Запеканка творожная с сметаной	0,200	30,02	26,59	44,95	260
	Хлеб	0,050	3,55	0,5	23,25	115
	Сыр	0,012	2,52	3,6	0,3	
958	Какао с молоком	0,200	3,52	3,72	25,49	145,2
	Обед:					
205	Суп рисовый с мясом.	0,300	7,21	11,53	46,18	274
696	Макароны отвар с маслом	0,200	0,95	9,35	6,52	226
536		0,150	9,0	9,35	6,25	
71	Сосиска молочная	0,100	7,1	1,0	46,5	102
	Салат из моркови с яблоком			1,0	46,5	75
	Хлеб	0,050		-		
	Сок натуральный Вишневый	0,200				
	Полдник:					
	апельсин	0,200				
	итого		77,59	99,54	253,96	1197,2
	3 день:					
	Завтрак:					
176	Каша молочная Манная	0,300	10,8	10,3	27,5	228
	Хлеб сыр	0,050	3,59	39,75	23,3	115
944	Чай	0,200				28
	Кондитерские изделия	0,035				50
	Обед:					
201	Рассольник с мясом	0,300	6,36	11,5	35,2	170
694	Гречка отвар с слив маслом	0,250	3,4	8,5	40,0	282
611	Котлета рыбная в соусе	0,120	11,7	10,05	11,68	294
71	Овощная закуска	0,100	7,1	1,0	46,5	80
	Хлеб			-		
	Сок натуральный	0,050				
	Яблочный	0,200				108
	Полдник:					
	Апельсин мафли	0,200				
	итого		47,1	92,5	238,5	1154
	4 день:					
	Завтрак:					
	Молочная вермишель	0,300	8,5	10,8	48,5	245
176	Хлеб сыр					115

Пищеблок столовой

Завтрак и обед 30.09.2020

Набор продуктов

Завтрак

Набор продуктов

Обед