

Утверждаю:
 Директор МАOU СОШ №5
 С.Ф. Прокопенко

Меню для питания учащихся в возрасте с 12 лет и старше

13 мая 2021 г.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	Эл, ккал	Химический состав	
						Сумма, р	
Завтрак 1							
Курица, запеченная (№494-2004)	75	9,1	16,3	0,7	186	57,98	
Макаронные изделия отварные №516-2004	150	4,5	3,0	36,7	191,7	7,77	
Какао с молоком №642-1996	200	3,4	3,2	21,2	127,2	12,70	
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	20,7	1,6	0,3	10,5	52,8	1,55	
Завтрак 2							
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) №101-2004	80	0,7	0,1	1,3	8,5	21,93	
Рыба, запеченная с яйцом №341-2013, Пермь	80	11,5	7,9	7,3	146,5	25,30	
Пюре картофельное №520-2004	180	3,9	5,9	26,7	175,5	16,72	
Какао с молоком №642-1996	200	3,4	3,2	21,2	127,2	12,70	
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	29,8	2,4	0,5	15,8	77,0	2,24	
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,2	1,11	
Завтрак 3							
Курица, запеченная (№494-2004)	75	9,1	16,3	0,7	186	57,98	
Макаронные изделия отварные №516-2004	150	4,5	3,0	36,7	191,7	7,77	
Чай с сахаром №685-2004	200	0,2	0,0	15,0	60,8	1,98	
Хлеб "Белый" 1-й с	24,6	1,58	0,2	9,5	46	1,16	
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,2	1,11	
Завтрак 4							
Рыба, запеченная с яйцом №341-2013, Пермь	80	11,5	7,9	7,3	146,5	25,30	
Пюре картофельное №520-2004	150	3,3	4,4	23,5	147	13,15	
Какао с молоком №642-1996	200	3,4	3,2	21,2	127,2	12,70	
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	24,7	1,6	0,3	10,5	52,8	1,85	
Обед для учащихся с ОБЗ							
Овощи консервированные без уксуса (огурцы) №101-2004	80	0,7	0,1	1,3	8,5	21,93	
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной (р.110-2004)	250/5/5	3,2	4,4	15,6	115	19,74	
Зразы рубленые (№ 456 - 2004)	100	13,36	15,7	6,79	221,9	40	
Рагу овощное (р.541-2004)	200	4,8	14,4	34,6	287	21,04	
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)	200	0,3	0,0	20,2	82	3,65	
Хлеб "Белый" 1-й с	27,2	2,37	0,3	14,3	69,5	1,58	
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66	

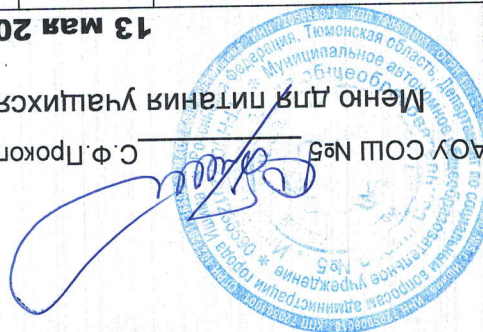
Ловар - бригадир:

Мед. Работник

Меню для питания учащихся в возрасте с 7 - 11 лет

Директор МАОУ СОШ №5 С.Ф. Прокопенко

Утверждают:



13 мая 2021 г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				ЭЦ, ккал	Сумма, р
		Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал		
Завтрак 1							
Курпца, запеченная (№494-2004)	75	9,1	16,3	0,7	186	57,98	
Макаронные изделия отварные №516-2004	150	4,5	3,0	36,7	191,7	7,77	
Какао с молоком №642-1996	200	3,4	3,2	21,2	127,2	12,70	
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	20,7	1,6	0,3	10,5	52,8	1,55	80,00
Завтрак 2							
Овощи консервированные без уксуса (орурцы) №101-2004	80	0,7	0,1	1,3	8,5	21,93	
Рыба, запеченная с яйцом №341-2013, Пермь	80	11,5	7,9	7,3	146,5	25,30	
Пюре картофельное №520-2004	180	3,9	5,9	26,7	175,5	16,72	
Какао с молоком №642-1996	200	3,4	3,2	21,2	127,2	12,70	
Хлеб (витамин.) "Облепиховый"	29,8	2,4	0,5	15,8	77,0	2,24	1,11
Хлеб "Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,2	40,2	1,11	79,00
Обед 1							
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной (р.110-2004)	200/5	3,2	4,0	12,5	99	11,04	
Зразы рубленые (№ 456 - 2004)	100	13,36	15,7	6,79	221,9	40	
Рагу овощное (р.541-2004)	200	4,8	14,4	34,6	287	21,04	
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)	200	0,3	0,0	20,2	82	3,65	
Хлеб "Белый" 1-й с	27,7	2,37	0,3	14,3	69,5	1,61	1,66
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66	109,60
Обед для учащихся с ОБЗ							
Овощи консервированные без уксуса (орурцы) №101-2004	80	0,7	0,1	1,3	8,5	21,93	
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной (р.110-2004)	250/5/5	3,2	4,4	15,6	115	19,74	
Зразы рубленые (№ 456 - 2004)	100	13,36	15,7	6,79	221,9	40	
Рагу овощное (р.541-2004)	200	4,8	14,4	34,6	287	21,04	
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)	200	0,3	0,0	20,2	82	3,65	
Хлеб "Белый" 1-й с	27,2	2,37	0,3	14,3	69,5	1,58	1,66
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66	109,60
Обед 2							
Овощи консервированные без уксуса (орурцы) №101-2004	80	0,7	0,1	1,3	8,5	21,93	
Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной (р.110-2004)	250/5/5	3,2	4,4	15,6	115	19,74	
Зразы рубленые (№ 456 - 2004)	100	13,36	15,7	6,79	221,9	40	
Рагу овощное (р.541-2004)	200	4,8	14,4	34,6	287	21,04	
Напиток из сухофруктов + Витамин "С" (№638-2004)	200	0,3	0,0	20,2	82	3,65	
Хлеб "Белый" 1-й с	27,2	2,37	0,3	14,3	69,5	1,58	1,66
Хлеб "Дарницкий"	30	2,0	0,3	12,3	60,1	1,66	109,60

Повар – б/граждип:

Мед. Работник: