

Директор МБОУ СОШ №2 г. Катайска



Утверждаю

(А.А. Санина)

«31» августа 2023 год

Меню для питания учащихся в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении
«Средняя общеобразовательная школа №2» г. Катайска

День: Понедельник (1 день) Неделя: Первая Сезон: Весенний Возраст: 12 лет и старше

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Кол- во	Пищевые вещества			Энерге - тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)			
				нетто	Б	Ж		У	В1	С	Са	Р	Мд
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	13	14	15	16
№ 195	Рассольник со сметаной	250\10											
	Перловка		10	0,93	0,11	6,73	32,4	0,012	3,8	3,8	32,3	9,2	0,18
	Морковь		13	0,169	0,013	0,911	4,29	0,008	0,65	6,63	7,15	4,94	0
	Лук		12	0,168	0	1,08	4,92	0,006	1,2	3,72	6,96	1,68	0,096
	Огурцы соленные		27	0,756	0	0,162	4,32	0,005	1,35	6,75	5,4	2,7	0
	Масло растительное		3	0	2,997	0	26,97	0	0	0	0	0	0
	Сметана		10	0,28	2	0,32	20,6	0,003	0,03	8,6	6	8	1
	Картофель		125	2,5	0,5	21,625	102,5	0,15	25	12,5	72,5	28,75	1,125
	Паста томатная		4	0,192	0	0,816	4,2	0,006	1,8	0,8	2,72	1,2	0,076
№	Хлеб	30											
	Хлеб		30	2,28	0,27	14,91	66	0,045	0	7,8	24,9	10,5	0,453
№ 943	Чай с сахаром	185\15											
	Чай		1	0,2	0	0,04	0,248	0,003	0,1	4,95	8,25	4,4	0,82
	Сахар		15	0	0	14,97	56,85	0	0	0,3	0	0	0,045
Итого за день													

День: Понедельник (6 день) Неделя: Вторая Сезон: Весенний Возраст: 12 лет и старше

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Кол- во	Пищевые вещества			Энерге - тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)			
				нетто	Б	Ж		У	В1	С	Са	Р	Мд
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	13	14	15	16
№ 195	Рассольник со сметаной	250\10											
	Перловка		10	0,93	0,11	6,73	32,4	0,012	3,8	3,8	32,3	9,2	0,18
	Морковь		13	0,169	0,013	0,911	4,29	0,008	0,65	6,63	7,15	4,94	0
	Лук		12	0,168	0	1,08	4,92	0,006	1,2	3,72	6,96	1,68	0,096
	Огурцы соленые		27	0,756	0	0,162	4,32	0,005	1,35	6,75	5,4	2,7	0
	Масло растительное		3	0	2,997	0	26,97	0	0	0	0	0	0
	Сметана		10	0,28	2	0,32	20,6	0,003	0,03	8,6	6	8	1
	Картофель		125	2,5	0,5	21,625	102,5	0,15	25	12,5	72,5	28,75	1,125
	Паста томатная		4	0,192	0	0,816	4,2	0,006	1,8	0,8	2,72	1,2	0,076
№ 943	Чай с сахаром	185\15											
	Чай		1	0,2	0	0,04	0,248	0,003	0,1	4,95	8,25	4,4	0,82
	Сахар		15	0	0	14,97	56,85	0	0	0,3	0	0	0,045
№	Хлеб	30											
	Хлеб		30	2,28	0,27	14,91	66	0,045	0	7,8	24,9	10,5	0,453
Итого за день													

