Директор школы Е.А.Илларионова

МБОУ СШ № 2 г.Починка

изменение 8 в Примерное 10-ти дневное меню

для питания учащихся МБОУ СШ № 2 г. Починка

V - XI классы

Неделя	День недели	Прием пищи	раздел меню	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Калорийность	№ рецепту	Цена
						Б	Ж	У			
1	1	Завтрак	закуска	Салат из свежих огурцов	60	0	3	1	40	20	17,97
			гарнир	Макаронные изделия отварные	200	8	5	43	261	203	11,94
			2 блюдо	Котлета	100	12	19	13	389	268	30,33
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	62	376	1,34
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3	0	25	118	ТУ	4,56
			Итого			23	27	97	870		66,14
1	2	Завтрак	закуска	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	2	4	4	36	45	2,99
			гарнир	Пюре картофельное	200	4	6	17	203	312	10,77
			2 блюдо	Рыба запеченная в молочном соусе	110	7	7	11	140	1	28,27
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3	0	25	118	ТУ	4,56
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	22	133	349	3,76
			Итого			17	18	79	630		50,35
1	3	Завтрак	закуска	Салат витаминный	60	1	4	3	48	48	11,39
			гарнир	Каша гречневая вязкая	200	6	7	27	194	303	8,62
			2 блюдо	Тефтели	110	7	14	12	223	279	18,95
			напиток	Сок фруктовый	200	2	0	20	85	389	12,39
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3	0	25	118	ТУ	4,56
			Итого			19	24	87	668		55,91
1	4	Завтрак	закуска								
			гарнир								
			2 блюдо								
			напиток								
			хлеб								

			Итого									
1	5	Завтрак	закуска									
			гарнир									
			2 блюдо									
			напиток									
			хлеб									
			Итого									
2	1	Завтрак	закуска									
			гарнир									
			2 блюдо									
			напиток									
			хлеб									
			Итого									
2	2	Завтрак	закуска									
			гарнир									
			2 блюдо									
			хлеб									
			напиток									
			Итого									
2	3	Завтрак	закуска									
			2 блюдо									
			хлеб									
			напиток									
			Итого									
2	4	Завтрак	закуска									
			2 блюдо									
			напиток									
			хлеб									
			Итого									
2	5	Завтрак	закуска									
			гарнир									
			2 блюдо									
			хлеб									
			напиток									
			Итого									