

МБОУ СШ № 2 г.Починка
 изменение 9 в Примерное 10-ти дневное меню
 для питания учащихся МБОУ СШ № 2 г. Починка
 V - XI классы

Директор школы

С.Илларионова



Недел я	День недели	Прием пищи	раздел меню	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Калорийн ость	№ рецепту	Цена
						Б	Ж	У			
1	1	Завтрак	закуска								
			гарнир								
			2 блюдо								
			напиток								
			хлеб								
			Итого								
1	2	Завтрак	закуска								
			гарнир								
			2 блюдо								
			хлеб								
			напиток								
			Итого								
1	3	Завтрак	закуска								
			гарнир								
			2 блюдо								
			напиток								
			хлеб								
			Итого								
1	4	Завтрак	закуска								
			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	Овощи натуральные свежие -огурец	60	0	0	1	7	71	15,51
			гарнир	Каша гречневая вязкая	200	6	5	25	194	303	8,62
			2 блюдо	Гуляш	100	10	14	5	309	260	28,44
			хлеб	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	376	1,43
			напиток	Хлеб пшеничный	50	3	0	25	118	ТУ	4,56
			Итого			20	19	71	688		58,56
2	3	Завтрак	закуска	Салат из свежх помидор и огурцов	60	1	4	2	42	24	15,71
			2 блюдо	Тефтели	110	7	14	12	223	279	18,75
			гарнир	Макаронные изделия отварные	200	8	5	43	261	203	12,55
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3	0	25	118	ТУ	4,56
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	25	133	349	5,28
			Итого			20	23	107	777		56,85
2	4	Завтрак	закуска	Салат из моркови с изюмом	60	1	0	13	57	66	7,20
			2 блюдо	Каша молочная рисовая вязкая	200	6	10	52	334	174	18,66
			напиток	Какао с молоком	200	4	4	17	119	382	10,15
			хлеб	Бутерброд с сыром	50	6	4	25	172	3	17,11
			Итого			17	18	107	682		53,12
2	5	Завтрак	закуска	Салат из сырых овощей	60	1	4	2	44	0	10,99
			гарнир	Пюре картофельное	200	4	6	17	203	312	11,04
			2 блюдо	Птица тушеная в соусе	100	11	11	4	160	290	24,97
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3	0	25	118	ТУ	4,56
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	376	1,43
			Итого			19	21	63	585		52,99

