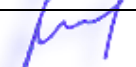


Приложение №2 к приказу №120/д от 29.12.2020	Утверждаю: 
	Директор школы Харитонов В.П.
	Дата: 29.12.2020

Меню: для учащихся 1-4 класса (горячие завтраки) на 2-ое полугодие 2020/2021 уч. г (2 неделя)

Приём пищи №1	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Понедельник	Сыр	15	4,0	4,1	0	54,2			Сыр-15г:
	Каша «Дружба» с маслом	200/15	7,0	4,0	42	232		№37	Пшено-22,6г;рис-23,6г;молоко-97г;сахар-6г;масло сл-15г;
	Какао с молоком	200	4	3,2	15,4	75		№693	Какао-4г;молоко-25г;сахар-20г;

	Батон	30	1,3	0	9,4	43			Батон -30г:
	Булочка	50	4	4	29	150			Булочка -50г;
	Яблоко	150	0,3	0,3	17,6	60,0			Яблоко-150г:
	Выход:	660	20,69	15,6	113,4	614,2			
	Итого:(за 6 день)		108,7	109,23	494,94	3457,1			
Вторник:	Огурец свежий (нарезка)	35	0,28	0,03	1,19	4,9			Огурец свежий - 40г;
	Рыба под овощами	75/50	12,2	6,8	3,8	125,4		№41	Рыба (горбуша)- 125г;лук- 21г;морковь- 34г;масло рас-8г;

	Пюре картофельное	150	3,1	5,1	26,3	159		№520	Картофель-171г;молоко-23,7;масло сл-5г;
	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124		№639(№1)	Сухофрукты-25г;сахар-20г;вода-155г;
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0	15,4	75			Хлеб пшеничный - 30г:
	Хлеб ржаной/пшеничный	20	1,3	0	9,4	43			Хлеб ржаной/пшеничный-20г:
	Выход:	560	19,68	11,93	87,49	531,3			
	Итого:(за 7 дней)		128,38	121,16	582,43	3988,4			
Среда :	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66			Масло сл-10г:
	Запеканка твороженная	150/25	25,8	18,8	36,1	312		№366	Творог-142г;крупаманная-10г;сахар-

	со сгущенным молоком								10г;яицо-4г;масло сл-бг;сухари- бг;сметана- бг;сгущ.молоко- 25г:
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	57		№684,685	Чай-1г;сахар-15г:
	Батон	30	2,9	0,8	16, 1	78,9			Батон-30г:
	Банан	170	1,6 5	0	22, 05	93			Банан -200г:
	Печенье	30	1,4 3	3,0 5	8,5 5	67,31			Печенье -30
	Выход:	615	31, 98	29, 85	97, 9	674,21			
	Итого:(за 8дней)		16 0,3 6	15 1,0 1	68 0,3 3	4662,61			

Четверг :	Салат из свежей капусты с огурцом с р/м	50	3,2	2,9	2,2	97			Капуста свежая-35г;лук-3г;огурец-20г;масло раст-5г:
	Жаркое по домашнему	200	17,8	9,8	21,6	250		№436	Говядина (филе)-142(105);картофель-142г;лук-16г;масло сл-10г;томат пюре-6,6г:
	Сок	200	1,0	0	21,2	88			Сок -200г:
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0	15,4	75			Хлеб пшеничный -30г:
	Хлеб ржаной/пшеничный	20	1,3	0	9,4	43			Хлеб ржаной/пшеничный-20г:
	Выход:	500	25,5	12,7	69,8	553			
	Итого:(за 9дней)		185,6	163,71	750,13	5215,61			

Пятница :	Помидор свежий	35	0,3 8	0	1,6 1	8,05			Помидор -40г:
	Плов из Птицы (курица)	180	31, 8	38, 8	35, 14	639,5		№180;№49 2:	Крупа рисовая- 42г;курца- 178г;масло сл- 5г;масло раст- 5г;лук- 19г;морковь-12г;
	Кисель из плодово- ягодных	200	0,1	0	15	46,8		№648	Кисель из плодово- ягодных -200г:
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0	15, 4	75			Хлеб пшеничный - 30г:
	Хлеб ржаной/пшени чный	20	1,3	0	9,4	43			Хлеб ржаной/пшеничны й-20г:
	Всего:	465	35, 78	38, 8	76, 55	812,35			
	Итого:(за 10 день)		22 1,6 4	20 2,5 1	82 6,6 8	6027,96			