

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

Меню: для учащихся 5-11 класса на 2-ое полугодие 2021 уч. Г (2 неделя)

Приём пищи №1	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	Рецептура на блюда (в граммах)
			Б	Ж	У				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Понедельник	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;
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	57		№684,685	Чай-1г;сахар-15г:
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0	15,4	75			Хлеб пшеничный - 30г:
	Булочка	50	4	4	29	150			Булочка -50г:



	<b>Выход:</b>	505	18, 1	11, 9	76, 9	483,4			
	<b>Итого:(за 7 дней)</b>		<b>10 2,5 7</b>	<b>11 1,5</b>	<b>62 4,9</b>	<b>3064,8</b>			
Среда :	Запеканка твороженная со сгущенным молоком	150/15	25, 8	18, 8	36, 1	312		№366	Творог- 142г;круп манная- 10г;сахар- 10г;яицо- 4г;масло сл- бг;сухари- бг;сметана- бг;сгущ.молок о-15г:
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	57		№684,685	Чай-1г;сахар- 15г:
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0	15, 4	75			Хлеб пшеничный - 30г:
	<b>Выход:</b>	395	28, 1	18, 8	66, 5	444			



Пятница :	Плов из Птицы (курица)	180	31, 8	38, 8	35, 14	639,5		№180 :№492	Крупа рисовая- 42г;курца- 160г;масло сл-5г;масло раст-5г;лук- 19г;морковь- 12г;
	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:
	<b>Всего:</b>	410	34, 6	38, 8	81, 94	838,5			
	<b>Итого:(за 10 день)</b>		<b>18 5,3 7</b>	<b>17 8,9</b>	<b>82 5,3 4</b>	<b>4729,3</b>			