

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
1	МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "БЕЛЫЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА"	Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (2-х недельное)										УТВЕРЖДАЮ			
2	МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "БЕЛЫЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА"	Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (2-х недельное)										директор			
3	МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "БЕЛЫЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА"	Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (2-х недельное)										МБОУ Бемыжская средняя школа			
4	Сезон:	зимне-весенний										М.В. Усачева			
5	категория:	дети (7-11 лет)										01.04.2024г.			
6												меню на 1 неделю понедельник			
7	№ рец.	наименование блюда	масса порц.	пищевые вещ-ва (г)			энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
Б				Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
8		9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
10		ЗАВТРАК													
11															
12															
13															
14															
15		<b>Всего в ЗАВТРАК</b>													
16		ОБЕД													
17	№29	Суп гороховый с мясом	250	4,39	4,22	13,06	125,5	0,18	4,65	0		30,46	69,74	28,2	1,62
18	№173	Каша рисовая на молоке с маслом	210	5,2	8,4	28,8	209,88	0,05	1,33	0,05	0,06	142,66	141,66	30,66	1,33
19	№5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,59	0	28,22	116,00	0,02		0,01	0,5	0,00	0	0	0,00
20	1	Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83	0,08	0			12,42	45,36	17,82	1,08
21	2	Хлеб ржаной	60	3,97	0,53	25,43	122,83	0,11				10,8	52,2	11,4	2,4
22	№45	Винегрет овощной	100	1,36	6,18	8,44	94,8	0,06	10,25			23,2	44,97	20,75	0,85
23		<b>Всего в ОБЕД</b>	<b>880</b>	<b>19,95</b>	<b>19,69</b>	<b>133,16</b>	<b>806,84</b>	<b>0,5</b>	<b>16,23</b>	<b>0,06</b>	<b>0,56</b>	<b>219,54</b>	<b>353,93</b>	<b>108,8</b>	<b>7,28</b>
24															
25															
26		<b>Всего в 1 неделю понедельник</b>													
27															
28			880	19,95	19,69	133,16	806,84	0,5	16,23	0,06	0,56	219,54	353,93	108,8	7,28







меню на 1 неделю четверг														
№ рец.	наименование блюда	масса порц.	пищевые вещ-ва (г)			энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
<b>ЗАВТРАК</b>														
	<b>Всего в ЗАВТРАК</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>ОБЕД</b>														
Ф00081	Борщ с мясом	250	9,89	7,27	13,79	160	0,12	15,62			61,25	158,1	45,75	2,2
П00331	Макароны отварные	200	7,33	6,4	41,73	255	0,08		0,04	1,07	14,67	48	9,33	1,07
№143	Котлета рыбная	100	10,49	3,51	11,26	115,78		0,33			56,71	0	0	0,84
Ф00553	Подлив с томатной пастой	30	0,58	2,1	4,01	22	0,01	1,19	0,01		7,94	11,12	5,76	0,24
П00436	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	18,98	81	0,02	100			12,34			0,62
1	Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83	0,08	0			12,42	45,36	17,82	1,08
2	Хлеб ржаной	60	3,97	0,53	25,43	122,83	0,11				10,8	52,2	11,4	2,4
ТТК2586	Салат из свежей капусты с морковью	100	1,99	9,12	12,78	141,18	2	51	26	12	4,5	3,9	4,2	5,3
	<b>Всего в ОБЕД</b>	<b>1000</b>	<b>39,37</b>	<b>29,57</b>	<b>157,19</b>	<b>1035,62</b>	<b>2,42</b>	<b>168,1</b>	<b>26,05</b>	<b>13,07</b>	<b>180,63</b>	<b>318,68</b>	<b>94,26</b>	<b>13,75</b>
	<b>Всего в 1 неделю четверг</b>		<b>39,37</b>	<b>29,57</b>	<b>157,19</b>	<b>1035,62</b>	<b>2,42</b>	<b>168,1</b>	<b>26,05</b>	<b>13,07</b>	<b>180,63</b>	<b>318,68</b>	<b>94,26</b>	<b>13,75</b>

меню на 1 неделю пятница														
№ рец.	наименование блюда	масса порц.	пищевые вещ-ва (г)			энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
<b>ЗАВТРАК</b>														
	<b>Всего в ЗАВТРАК</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>ОБЕД</b>														
№18	Салат из свежих помидор	100	1	10,16	4,6	113,92								
П00311	Плов с мясом курицы	230	25	21	45	471		11			37		37	12
Ф00597	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00		0,4			31,82	256,25	52,5	3,75
1	Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83	0,08	0			12,42	45,36	17,82	1,08
2	Хлеб ржаной	60	3,97	0,53	25,43	122,83	0,11				10,8	52,2	11,4	2,4
№50	Ватрушка с творожным фаршем	100	16,57	25,03	45,4	243,75		0,2			128,59		5,47	1,39
	<b>Всего в ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>51,42</b>	<b>57,10</b>	<b>177,41</b>	<b>1202,33</b>	<b>0,19</b>	<b>11,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>220,63</b>	<b>353,81</b>	<b>124,19</b>	<b>20,62</b>
	<b>Всего в 1 неделю пятница</b>		<b>51,42</b>	<b>57,10</b>	<b>177,41</b>	<b>1202,33</b>	<b>0,19</b>	<b>11,6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>220,63</b>	<b>353,81</b>	<b>124,19</b>	<b>20,62</b>











меню на 2 неделю пятница														
№ рец.	наименование блюда	масса порц.	пищевые вещ-ва (г)			энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
			1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11
<b>ЗАВТРАК</b>														
	<b>Всего в ЗАВТРАК</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>ОБЕД</b>														
№1	Салат из свежей капусты с морковью	100	9,12	6,08	12,78	141,18		26,5			564,5	24	42,48	0,78
№345	Жаркое по домашнему	230	40	11	46	439		11			37		37	12
№946	Чай с лимоном	200	0,53		9,87	41,6		2,13			15,33	12,27	23,2	2,13
1	Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83	0,08	0			12,42	45,36	17,82	1,08
2	Хлеб ржаной	60	3,97	0,53	25,43	122,83	0,11				10,8	52,2	11,4	2,4
№626	Ватрушка с творожным фаршем	100	16,57	25,03	45,5	243,75					128,59	0	5,47	1,39
	<b>Всего в ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>74,63</b>	<b>43,00</b>	<b>168,79</b>	<b>1126,19</b>	<b>0,19</b>	<b>39,63</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>768,64</b>	<b>133,83</b>	<b>137,37</b>	<b>19,78</b>
	<b>Всего в 2 неделю пятница</b>		<b>74,63</b>	<b>43,00</b>	<b>168,79</b>	<b>1126,19</b>	<b>0,19</b>	<b>39,63</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>768,64</b>	<b>133,83</b>	<b>137,37</b>	<b>19,78</b>

