

Утверждаю:

Директор МБОУ Фокинская СОШ

И.С.Харисов



ОСНОВНОЕ МЕНЮ. ОБЗ.

1 неделя

	Рацион	Выход	Энерг. ценность	Выход	Энерг. ценность
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК	1-4 кл		5-11 кл	
	260/2013 Каша молочная ячневая с маслом	150/5	113,20	150/5	125,60
	457/2021 Чай с сахаром, молоком	200	64,80	200	64,80
	574/2021 Хлеб пшеничный	45	42,30	45	42,30
			220,30		232,70
	ОБЕД				
	18/2021 Салат из свежих помид. и огурц	70	51,1	70	51,1
	372/2021 Биточки куриные с маслом	67	176,30	67	176,30
	176/2021 Рагу из овощей	100	81,50	150	122,30
	пром. Сок	200	86,00	200	86,00
	574/573/2021 Хлеб ржаной/пшеничный	45/40	92,7/93,6	45/40	92,7/93,6
		586,10		681,60	
ВТОРНИК	ЗАВТРАК				
	317/2013 Пудинг из творога с молоком сгущенным	100/5	196,50	100/5	213,60
	457/2021 Чай с сахаром	200	60,50	200	60,50
			257,00		274,10
	ОБЕД				
	300/2021 Рыба, запеченная в омлете	120	129,00	120	129,00
	377/2021 Пюре картофельное	150	105,00	180	126,00
	462/2021 Какао с молоком	200	94,00	200	94,00
	574/573/2021 Хлеб ржаной/пшеничный	25/25	51,5/58,5	25/25	51,5/58,5
		591,80		684,10	
СРЕДА	ЗАВТРАК				
	260/2013 Каша молочная "Геркулес" с маслом	150/5	169,20	150/5	169,20
	459/2021 Чай с сахаром, лимоном	200/5	68,20	200/5	68,20
	63/2021 Батон с сыром	15/35	85,30	15/35	85,30
			322,70		322,70
	ОБЕД				
	327/2021 Гуляш мясной	85	219,30	85	219,30
	205/2021 Каша рисовая рассыпчатая	100	135,40	150	203,10
	157/2021 Овощи консервированные	70	44,70	70	44,70
	495/2021 Компот из с/фр с вит. "С"	200	84,00	200	84,00
	574/573/2021 Хлеб ржаной/пшеничный	20/25	41,2/58,5	20/25	41,2/58,5
		591,00		666,40	

ЧЕТВЕРГ		ЗАВТРАК				
	260/2013	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	146,40	150/5	148,20
	426/2021	Чай с сахаром	200	60,50	200	60,50
	541/2021	Булочка с маслом	50/5	93,20	50/10	93,20
				300,10		301,90
		ОБЕД				
	ТТК 1	Жаркое по-домашнему с филе	200	315,00	250	393,75
	ТТК 3	Кофейный напиток с молоком	200	88,00	200	88,00
	574/573/2021	Хлеб ржаной/пшеничный	15/15	30,9/35,1	15/15	30,9/35,1
	пром.	Фрукт	200	88,00	200	88,00
			584,40		681,90	

ПЯТНИЦА		ЗАВТРАК				
	550/2021	Манник с повидлом	100/30	198,70	100/30	198,70
	457/2021	Чай с сахаром	200	73,60	200	73,60
				272,30		272,30
		ОБЕД				
	148/2021	Овощи свежие	70	7,70	70	7,70
	206/2021	Каша пшенная	100	152,40	150	228,60
	ТТК 2	Рулет мясной с яйцом	65	124,80	65	124,80
	459/2021	Чай с сахаром и лимоном	200	40,00	200	40,00
	574/573/2021	Хлеб ржаной/пшеничный	20/35	41,2/81,9	20/35	41,2/81,9
пром.	Сыр	10	35,80	10	35,80	

Среднее значение за период:

587,20

688,50

Средняя стоимость дня:

131,80 р.

142,93 р.

Технолог: Кушнiryк Ю.А.

Зав.производством: _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!