

СОГЛАСОВАНО
ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Хабаровском крае»



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ООШ № 15

Г.И.Клепикова

Приказ №38 от 10.08.2020 г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Горячего питания МБОУ ООШ №15 ст.Зимовье
Верхнебуреинского муниципального района Хабаровского края
(на сумму 25 рублей)

2020- 2021 уч. год

День: первый
Неделя: первая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
123	Каша молочная овсяная с маслом	150	5,62	8,61	12,89	151,43
130	Кофейный напиток	200	1,36	0,86	22,61	103,62
147	Хлеб пшеничный	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,80
	Итого		8,58	18,25	45,88	382,25

День: второй
Неделя: первая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
20	Суп овощной с курицей	200	2,90	5,70	7,94	94,83
	Хлеб пшеничный	30	1,50	0,58	10,28	52,40
137	Чай с сахаром	200	-	-	15	63,84
	Итого		4,40	6,28	33,22	211,07

День: третий
Неделя: первая

N	Прием пищи,	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
---	-------------	--------------	----------------------	--	--	----------------

реп.	наименование блюда		Б	Ж	У	ценность
132/2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90/10	5,04	18,40	20,64	268,32
137	Чай с сахаром лимоном	200	0,04	0	16,10	65,20
	Итого		5,08	18,40	36,74	333,52

День: четвертый

Неделя: первая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
66/2004	Каша гречневая молочная жидкая	150	10	13,3	36,67	306,38
120	Какао с молоком	200	6,2	6,2	25,34	181,96
147	Хлеб пшеничный, ржаной	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,80
	Итого		17,8	28,28	72,39	615,54

День: пятый

Неделя: первая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
50	Овощи тушеные со сливочным маслом	200	7,7	25	29	371,8
378	Кисель	200	4,62	0,04	32,04	147
147	Хлеб пшеничный, ржаной	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Итого		13,82	25,62	71,32	571,20

День: первый

Неделя: вторая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
70	Каша пшенная молочная жидкая	150	4,34	7,76	20,15	167,68
137	Чай с сахаром лимоном	200	0,04	0	16,10	65,20
147	Хлеб пшеничный, ржаной	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,80
	Итого		5,98	16,54	46,63	360,08

День: второй

Неделя: вторая

N	Прием пищи,	Масса порции	Пищевые вещества (г)	Энергетическая
---	-------------	--------------	----------------------	----------------

реп.	наименование блюда		Б	Ж	У	ценность
93	Вермишель отварная в молоке	200	6,88	9,84	26,96	223,92
137	Чай с сахаром	200	0	0	15	63,84
147	Хлеб пшеничный	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Масло сливочное порциями	10	0,1	8,2	0,1	74,80
	Итого		8,48	18,62	52,34	414,96

День: третий
Неделя: вторая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
211	Суп крестьянский с курицей	200	7,41	4,25	19,91	129,43
137	Чай с сахаром	200	0	0	15	63,84
147	Хлеб пшеничный	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Итого		8,91	23,65	28,48	245,67

День: четвертый
Неделя: вторая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
72	Каша манная молочная	150	4,19	8,47	21,29	178,08
130	Кофейный напиток	200	1,36	0,86	22,61	103,62
147	Хлеб пшеничный	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Сыр полутвердый для детского (школьного и дошкольного) питания жирностью до 45%	10	2,32	2,95	0,00	36,40

Итого		9,37	12,86	54,18	370,50
-------	--	------	-------	-------	--------

День: пятый
Неделя: вторая

N реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
44	Суп с сайрой	200	3,6	5,8	10	106,6
137	Чай с сахаром лимоном	200	0,04	0	16,10	65,20
147	Хлеб пшеничный, ржаной	30	1,50	0,58	10,28	52,40
	Итого		5,14	6,38	36,38	224,2