

Согласовано  
 Директор ООО "Эталон"  
 Подин В.А.



Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ № 34 *Александр*  
*И.А. Ушаков*



Недельное меню для обучающихся в общеобразовательных организациях

1 день 2 неделя																	
1-4 классы <i>24.05.2011</i>																	
Рецептура	Наименование блюд	Выход, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Калор ийнос ть, кка	Вит. В1, мг	Вит. С, мг	Вит. А, мг	Вит. Е, м г	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг		
	Салат из свежей капусты новый урожай	60		0,480	0,060	1,020	8	0,012	3,000		0,060	13,800	14,400	8,400	0,360		
	Яблоко	100		0,36	0,480	10,320	48,000	0	12,000	0,000	0,240	19,200	13,200	10,800	2,640		
СПб, 2008.- 800с, №272	Фрикадельки из говядины	50/50		10,080	12,000	12,320	200	0,060	0,000	2,880	0,000	9,600	120,000	19,200	1,600		
СПб, 2008.- 800с, №181	Каша гречневая рассыпчатая с	150/5		3,600	4,600	37,700	0	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		
ДеЛи, 2011- 544с, №376	Чай с сахаром и лимоном	200/15		0,100	0,000	14,800	59	0,000	0,000	0,000	0,000	10,900	3,900	3,700	0,400		
	Хлеб сельский, 1с	20		1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372		
	Хлеб белый, 1с	30		2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330		
<b>Итого по питанию: 53,41</b>						<b>17,900</b>	<b>17,580</b>	<b>99,92</b>	<b>430</b>	<b>0,155</b>	<b>15,000</b>	<b>2,880</b>	<b>0,738</b>	<b>62,260</b>	<b>183,720</b>	<b>49,300</b>	<b>5,702</b>
5-11 классы																	
ДеЛи, 2011- 544с, №139	Капуста тушеная	60	5,53	2,40	4,00	10,00	87,00	0,00	21,30	0,10	1,80	54,10	20,80	39,90	1,10		
ДеЛи, 2011- 544с, №175	каша ячневая с маслом	180/5	11,31	8,50	11,60	36,50	283,40	0,20	0,50	0,10	3,40	109,10	96,80	197,70	3,10		
СПб, 2008.- 800с, №272	Фрикадельки из говядины	50/50	31,94	10,080	12,000	12,320	200	0,060	0,000	2,880	0,000	9,600	120,000	19,200	1,600		
ДеЛи, 2011- 544с, №376	Чай с сахаром	200/15	2,88	0,100	0,000	14,800	59	0,000	0,000	0,000	0,000	10,900	3,900	3,700	0,400		
	Хлеб белый, 1с	20/30	2,80	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372		
<b>Итого по питанию:</b>			<b>54,46</b>	<b>22,080</b>	<b>27,800</b>	<b>82,62</b>	<b>674</b>	<b>0,274</b>	<b>21,800</b>	<b>3,080</b>	<b>5,308</b>	<b>186,460</b>	<b>254,220</b>	<b>263,500</b>	<b>6,572</b>		