

Утверждаю

и.о. директора МБОУ « СОШ №50» ПГО



Е.А. Ящук

«15» февраля 2021г.

МБОУ СОШ № 50

1 1 4,1

Приложение 2 к  
СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: Школа № 50

День: понедельник  
Неделя: 2

Сезон:  
Возраст: ОВЗ обед

Обед														
179	Суп гречневый с курицей	250	7	8	19	178			1		20	60	25	1
75	Макароны с маслом	180	8	8	42	276					8	50	11	1
103	Печень, тушеная в сметане	80	19	8	3	151			8		34	256	18	6
118	Компот из свежих фруктов	200			20	80	1		1		9		2	
420	Хлеб пшеничный	53	4	2	26	139					12	46	17	1
421	Хлеб ржаной	60	3	1	27	60								
110	Помидор свежий	30	1		4	24								
<b>Итого за Обед</b>			42	27	141	908	1		10		83	412	73	9

Утверждаю

и.о. директора МБОУ «СОШ№50» ПГО

 Е.А. Ящук

«15» февраля 2021г.

Приложение 2 к СанПиН  
2.4.5.2409-08

МБОУ СОШ № 50

1 1 4,2

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Школа №50

День: понедельник

Сезон: 7-11 лет

Возраст

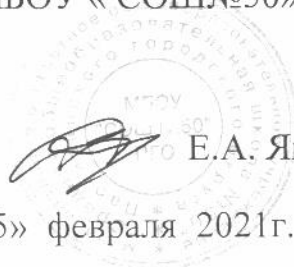
Неделя: 2

: завтрак 1 смена

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Мас са пор ции	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тическ ая ценно сть (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	15
<b>Завтрак</b>														
66	Каша из пшенна и риса молочная жидкая "Дружба"	180	5	8	21	179					147	139	27	
132	Чай с сахаром	200			19	71								
27	Сыр порционный	10	3	3		35					104	54	5	
420	Хлеб пшеничный	55	4	2	27	144					13	48	18	1
401	Масло сливочное	12		10		90								
15	Груша	100	1	4	6	64					28	31	21	
	Молоко													
<b>Итого за Завтрак</b>			13	30	158	583					292	272	71	1

Утверждаю

и.о. директора МБОУ «СОШ №50» ПГО



Е.А. Ящук

«15» февраля 2021г.

МБОУ СОШ №

50

1 1 4,1

Приложение 2 к СанПиН

2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Школа № 50

День: понедельник

Сезон:

Неделя: 2

Возраст: 12-18 завтрак

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер ге тичес кая ценн ость (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	15
<b>Завтрак</b>														
75	Макароны с маслом	180	8	8	42	276					8	50	11	1
103	Печень, тушеная в сметане	80	19	8	3	151			8		34	256	18	6
132	Чай с сахаром	200			19	71								
420	Хлеб пшеничный	55	4	2	27	144					13	48	18	1
1,01	Огурец консервированный	30	1		4	24								
<b>Итого за Завтрак</b>			14	32	82	670					348	327	92	3