

Утверждаю

и.о. директора МБОУ «СОШ №50» ПГО

 Е.А. Ящук

«16» февраля 2021г.

МБОУ СОШ № 50

Приложение 2 к СанПиН
2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Школа №50

День: вторник

Сезон: 7-11 лет

Возраст

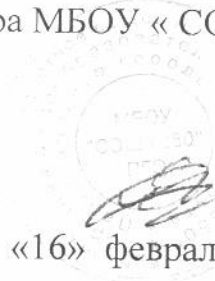
Неделя: 2

: завтрак 1 смена

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (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	15
Завтрак														
33	Каша манная на свежем молоке	200	8	8	20	165					90	103	20	
105	Помидор свежий	30	1		2	14								
420	Хлеб пшеничный	62	5	2	31	162					14	54	20	1
401	Масло сливочное	10		17		150								
133	Чай сладкий с лимоном	200			14	56								
	Молоко	200												
Итого за Завтрак			14	27	140	585					117	157	40	1

Утверждаю

и.о. директора МБОУ «СОШ №50» ПГО



Е.А. Ящук

«16» февраля 2021г.

МБОУ СОШ №
50

Приложение 2 к
2.4.5.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Школа № 50 -2

День: вторник

Сезон:

Неделя: 2

Возраст: 12-18 завтрак

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минерал веществ	
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
152	Шницель рыбный	80	19	8	13	197					74	61
56	Пюре картофельное	180	4	6	10	149					66	98
420	Хлеб пшеничный	70	5	2	35	183					16	61
1,01	Помидор свежий	30	1		4	24						
133	Чай сладкий с лимоном	200			14	56						
Итого за Завтрак			14	28	87	669					162	212