

Согласовано:

№ 09
 (подпись)
 (подпись)

Утверждаю:

Генеральный директор ОАО "ВКП"
 А.Ш. Джоев
 2021 год

Примерное 10-дневное меню бесплатного питания учащихся 1-4 классов, обучающихся в первую смену МБОУ СОШ г. Владикавказа на 2021 год.									
Сезон: осенне-зимний									
Возрастная категория: 7 - 11 лет									
№ п/п	Номер рецептуры №	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность (г)				Энергетическая ценность (ккал)	
				Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
День 6	Завтрак								
	15M	Сыр полутвердый	15		3,48	2,95	0,00	40,47	
	280M/171M	Гейфелл из говядины с соусом красным основным и каплей гречневой	90/40/150		15,85	12,65	46,39	362,81	
	379M	Напиток кофейный с молоком	180		2,51	2,59	8,69	68,11	
		Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	46,88	
	338M	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	6,68	34,16	
		Банан	100		1,50	0,50	21,00	94,50	
		Итого:			72	26,18	19,09	92,60	646,93
	Обед								
	Акт	Салат из картофеля, кукурузы консерв., огурца соленого, моркови.	60		0,90	6,20	5,16	80,04	
	88M	Щи со свежей капустой и картофелем, сметаной	200/5		1,59	4,05	13,62	97,29	
	295M/354M/171M	Котлета говяжья с соусом сметанным с рисом отварным	90/40/150		15,40	20,58	63,39	500,38	
	342M	Компот из смородины	180		0,56	0,08	2,89	14,53	
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	93,76	
	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	6,68	34,16		
338M	Яблоко	100		0,40	0,40	9,80	44,40		
	Итого:			72,00	23,21	31,87	121,22	864,56	