

Согласовано

24.09
 (подпись)
 (подпись)



Утверждаю:
 Генеральный директор ОАО "ВКП"
 А.Ш. Джиоев
 " 6 " 09. 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 5	Завтрак								
	15M	Сыр полутвердый	15		3,48	2,95	0,00	40,47	
	Акт/128M	Фрикадельки рыбные в томатном соусе и пюре картофельным	90/40/150		13,87	16,70	35,23	346,70	
	377M	Чай с сахаром и лимоном	180/12/7		0,13	0,02	12,20	49,50	
		Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	46,88	
		Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	6,68	34,16	
	338M	Яблоко	100		0,40	0,40	9,80	44,40	
		Итого:			72	20,72	20,47	73,75	562,11
	Обед								
	48M	Салат витаминный / 1 вариант/	60		0,95	3,64	2,86	48,00	
	102M	Суп картофельный с горохом и зеленью	200		6,84	6,24	34,20	220,32	
	295M /171M	Котлета говяжья с рисом отварным и маслом сливочным	90/150/5		14,84	18,58	61,05	470,78	
	349M	Компот из сухофруктов	180		0,62	0,09	3,21	16,13	
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	93,76	
	Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	6,68	34,16		
338M	Банан	100		1,50	0,50	21,00	94,50		
	Итого:			72,00	29,11	29,61	148,68	977,65	