

Согласовано:



Утверждаю :

Генеральный директор

ООО «Кулинар»



Козырева Р.А.

ПРИМЕРНОЕ 10-ТИ ДНЕВНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ШКОЛ г.БАЛАШОВА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ДЛЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ УЧАЩИХСЯ НА 2022-2023 ГОД .

1 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Борщ с капустой и картофелем	1/200	1.76	2,4	12.96	96.8	110
	Чай с сахаром	15/200	0.3	0	15	58	685
	Хлеб	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5	

2 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Суп картофельный с Бобовыми (горох)	1/215	5.3	4.78	19.3	143.5	139
	Чай с сахаром	15/200	0.3	0	15	58	685

	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4	1	24	133	
--	-------------------------	------	---	---	----	-----	--

### 3 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Суп картофельный с крупой	1/210	2,18	4,45	12,01	97,6	138
	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	
	Чай с сахаром	15/200	0.3	0	15	58	685

### 4 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Суп с макаронными изделиями	1/215	2,49	2,15	18,06	103,2	147
	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	
	Чай с сахаром	15/200	0.3	0	15	58	685

### 5 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							



Щи из свежей капусты с картофелем	1/200	1,6	3,44	8,0	70,4	124
Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	
Чай с сахаром	15/200	0.3	0	15	58	685

### 6 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Суп картофельный с крупой (пшено)	1/210	2,18	4,45	12,01	97,6	138
	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	
	Чай с сахаром	15/200	0.3	0	15	58	685

### 7 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Щи из свежей капусты с картофелем	1/200	1,6	3,44	8,0	70,4	124
	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	
	Чай с сахаром	15/200	0.3	0	15	58	685

### 8 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Суп картофельный с бобовыми	1/215	5,3	4,78	19,3	143,5	139
	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4,0	1,0	24,0	133,0	
	Чай с сахаром	1/200	0,2		15,0	58,0	685

### 9 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Суп с макаронными изделиями	1/215	2,49	2,15	18,06	103,2	147
	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4	1	24	133	
	Чай с сахаром	1/200	0,2		15,0	58,0	685

### 10 ДЕНЬ

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
20-00							
	Суп картофельный с крупой .	1/210	2,18	4,45	12,01	97,6	138
	Хлеб пшеничный и ржаной	2/25	4,0	1,0	24,0	133	
	Чай с сахаром	1/200	0,2		15,0	58,0	685