

СОГЛАСОВАНО

МАОУ
Муниципальное автономное учреждение
«Образовательный центр №4
Средней общеобразовательной школы №4
СВЗЗ «Перми»

директор (должность)
Вешникова Н.Ю. (ФИО)
15.03.22 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

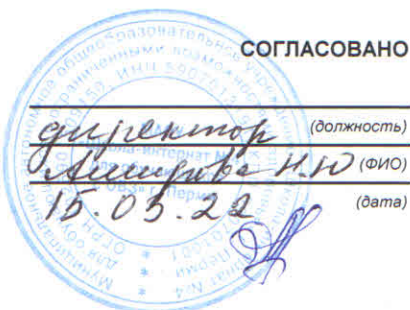
Российская Федерация
Пермская область
Муниципальное автономное учреждение
«Образовательный центр №4
Средней общеобразовательной школы №4
СВЗЗ «Перми»

Ермаков М.М. (ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет
меню 2х разовое питание
я:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	200	7,28	7,94	29,78	219,38	272(2011)
	Чай с сахаром (1-й вариант)	200	0,26	1,76	8,40	58,28	505(2011)
	бутерброд с маслом 15/5	50	3,15	8,54	20,76	172,72	2000(2016)
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	450	12,63	18,24	58,94	450,38	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	80	2,00	8,08	9,38	108,8	17(2011)
	Суп с рыбными консервами	200	17,03	5,70	17,60	184,2	159(2011)
	котлеты из свинины	100	17,01	34,27	18,33	448,22	386(2016)
	Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,67	29,04	144,9	297(2011)
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,30	0,12	7,16	31,98	526(2011)
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	114(2011)
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115(2011)
	ИТОГО ЗА ОБЕД	815	48,05	49,68	115,31	1093,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1315	59,96	67,92	174,25	1543,83		



СОГЛАСОВАНО

директор (должность)
Александрова И.Ю. (ФИО)
15.03.22 (дата)



УТВЕРЖДАЮ

Ермаков М.М. (ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-18 лет
меню 2х разовое питание
я:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	250	7,28	7,94	29,78	219,38	272(2011)
	Чай с сахаром (1-й вариант)	200	0,26	0,00	8,40	58,28	506(2011)
	бутерброд с маслом 15/5	50	3,15	8,54	20,76	172,72	2000(2016)
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	10,69	16,48	58,94	450,38	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	100	2,20	9,99	11,59	118,25	17(2011)
	Суп с рыбными консервами	250	27,03	5,70	17,60	230,25	159(2011)
	котлеты из свинины	100	17,01	34,27	18,33	448,22	386(2016)
	Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,67	29,04	144,9	297(2011)
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,30	0,12	7,16	31,98	526(2011)
	Хлеб пшеничный	60	4,46	0,43	26,56	126,9	114(2011)
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	115(2011)
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	60,61	51,9	130,32	1204,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1400	70,78	68,38	187,01	1655,28	