Утверждаю.
И.о.директора МБОУ СОШ №18
Г.М.Борисова

Согласовано.
Начальник
ТО Управления Роспотребнадзора
по Еврейской автономной области:

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ
для организации горячего питания в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении
«Средняя общеобразовательная школа №18 п.Теплозерск»

Неделя: первая, среда

3 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		А, мкг	В1	В2	С	Е	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																		
228.1	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12	8,42	12,12	24,03	240,08	0,15	0,07	0,08	0,14	0,68	550,61	60,56	186,98	12,66	131,66	0,79
337	Яйцо вареное	20	9	2,55	2,3	0,15	31,5	0,00	0,00	0,01	0,06	0,00	0,39	14,28	3,25	2,44	4,58	0,51
294	Чай с лимоном и сахаром	200	4	0,16	0,04	15,20	62,23	0,00	0,00	0,01	2,85	0,01	1,12	24,26	5,73	3,04	5,66	0,5
401	Хлеб пшеничный	30	3	3,8	0,4	24,6	117,5	0,00	0,06	0,02	0,00	0,55	249,5	46,5	10,0	7,0	32,5	0,55
403	Хлеб ржаной	20	2	1,12	0,22	9,88	46,4	0,00	0,02	0,01	0,00	0,4	87,4	31,0	4,6	5,0	21,2	0,62
89.1	Яблоки	80	10	0,40	0,4	9,80	47,0	0,03	0,03	0,02	10,0	0,2	26,0	278	16,0	9,0	11,0	2,2
Итого за прием пищи:			40															

Неделя: первая, четверг

4 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		А, мкг	В1	В2	С	Е	Na	К	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак																		
114	Каша рисовая вязкая молочная	250	23	6,01	7,57	42,31	261,83	15,65	0,07	0,18	0,48	0,27	440,78	188,99	127,95	36,5	162,5	0,55
33	Напиток лимонный	200	3	0,11	0,03	16,66	66,50	0,00	0,00	0,01	0,06	0,00	0,39	14,28	3,25	2,44	4,58	0,51
401	Хлеб пшеничный	30	3	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0,03	0,01	0,00	0,33	149,7	27,9	6,0	4,2	19,5	0,33
403	Хлеб ржаной	20	2	1,12	0,22	9,88	46,4	0,00	0,02	0,01	0,00	0,4	87,4	31,0	4,6	5,0	21,2	0,62
1	Винегрет овощной	100	11	0,75	6,1	4,4	76,01	0,55	0,03	0,02	5,64	2,72	438,66	154,08	15,41	11,21	24,94	0,48
Итого за прием пищи:			41	17,28	17,11	91,11	592,43	15,8	0,19	0,33	38,7	1,35	933	443	440	69,6	374	2,41