

Согласовано

Директор МБОУ - СОШ № 154


О.В. Валамина



Утверждаю директор

ООО «Комбинат общественного питания»


О.Ю. Козырева



**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. ЕКАТЕРИНБУРГ
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2023-2024 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание (обед)
5-11 КЛАСС выпечка**

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8	934
Итого за Обед		60	5,16	4	35,41	196,8	
Итого за день		60	5,16	4	35,41	196,8	

(лист 2)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Ватрушка с творогом	60	5,7	6	18,49	149,7	1 190
Итого за Обед		60	5,7	6	18,49	149,7	
Итого за день		60	5,7	6	18,49	149,7	

(лист 3)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Булочка с корицей	60	3,07	2	19,17	107,9	783
Итого за Обед		60	3,07	2	19,17	107,9	
Итого за день		60	3,07	2	19,17	107,9	

(лист 4)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Булочка сдобная с куркумой	60	5,32	4	35,03	197,3	1 047
Итого за Обед		60	5,32	4	35,03	197,3	
Итого за день		60	5,32	4	35,03	197,3	

(лист 5)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Манник	60	4,01	5	37	207,1	1 182
Итого за Обед		60	4,01	5	37	207,1	
Итого за день		60	4,01	5	37	207,1	

(лист 6)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Булочка дорожная.	60	4,41	11	34,55	188,9	770
Итого за Обед		60	4,41	11	34,55	188,9	
Итого за день		60	4,41	11	34,55	188,9	

(лист 7)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Ватрушка со сметаной	60	7	11	41,23	269,4	861
Итого за Обед		60	7	11	41,23	269,4	
Итого за день		60	7	11	41,23	269,4	

(лист 8)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Булочка творожная	60	7,57	9	29,71	227,3	1 123
Итого за Обед		60	7,57	9	29,71	227,3	
Итого за день		60	7,57	9	29,71	227,3	

(лист 9)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Ватрушка с повидлом	60	3,77	4	39,96	208,2	938
Итого за Обед		60	3,77	4	39,96	208,2	
Итого за день		60	3,77	4	39,96	208,2	

(лист 10)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р вып

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Шарлотка с яблоками	60	2,63	4	21,33	130,8	678
Итого за Обед		60	2,63	4	21,33	130,8	
Итого за день		60	2,63	4	21,33	130,8	
Итого за период		600	48,64	60	311,88	1883,4	
Среднее значение за период		60	4,9	6	31,2	188,3	

Составил _____ Сысоенко Анаст

Утвердил _____