

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "СОШ № 9

(Ф.И.О.)

(подпись/расшифровка)

" 06 " декабря 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУП "Центр
социального питания г. Березники

С.А. Якушева

ЦСП г. Березники

" 02 " декабря 2017 г.

Примерное 20-дневное меню комплексов для обучающихся в возрасте с 12 лет и старше
период: с сентября по май

№ рецеп	1 день	Выход	Пищевые вещества			
	Понедельник Завтрак		Б	Ж	У	К/кал
95	Бутерброд с джемом на батоне	15/30	2,25	0,87	25,32	116,40
100*	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	300/5	9,48	11,54	38,20	294,55
258*	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
	Итого завтрак:		14,52	15,60	83,23	529,64

	Завтрак	Выход	Пищевые вещества			
			Б	Ж	У	К/кал
114	Икра кабачковая	100	1,30	4,90	5,00	69,00
раз	Биточек Фирменный с творогом	100	13,00	14,00	10,60	219,00
291	Вермишель отварная	180	6,79	0,81	34,85	173,88
494	Компот из изюма	200	0,58	0,00	22,74	84,96
108/110	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	40	3,20	0,40	19,00	82,00
	Итого завтрак:		24,87	20,11	92,19	628,84

	Обед	Выход	Пищевые вещества			
			Б	Ж	У	К/кал
114	Икра кабачковая	100	2,40	7,10	10,40	115,00
144	Суп картофельный с бобовыми	250	2,30	4,25	15,13	108,00
раз	Биточек Фирменный с творогом	100	13,00	14,00	10,60	219,00
291	Вермишель отварная	180	6,79	0,81	34,85	173,88
494	Компот из изюма	200	0,58	0,00	22,74	84,96
108/110	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60	4,26	0,60	24,96	124,80
	Итого обед:		29,33	26,76	118,68	825,64

№ рецеп	2-разовое питание	Выход	Пищевые вещества			
	Завтрак		Б	Ж	У	К/кал
95	Бутерброд с джемом на батоне	15/30	2,25	0,87	25,32	116,40
100*	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	300/5	9,48	11,54	38,20	294,55
258*	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
	Итого завтрак:		14,52	15,60	83,23	529,64
	Обед					
114	Икра кабачковая	100	2,40	7,10	10,40	115,00
144	Суп картофельный с бобовыми	250	2,30	4,25	15,13	108,00
раз	Биточек Фирменный с творогом	100	13,00	14,00	10,60	219,00
291	Вермишель отварная	180	6,79	0,81	34,85	173,88
494	Компот из изюма	200	0,58	0,00	22,74	84,96
108/110	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60	4,26	0,60	24,96	124,80
	Итого обед:		29,33	26,76	118,68	825,64