

Муниципальное общеобразовательное учреждение Тушинская средняя школа имени  
Ф.Е.Крайнова

Утверждаю  
Директор ООУ «Тушинская СШ»  
Т.А.Смирнова



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 25.04.2012**

Неделя: 2 Понедельник 7-11 лет						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1,60	Салат фруктовый с сахарной пудрой	60	0,04	0,18	5,5	25,5
223,24	Запеканка творожная с соусом молочным (сладким)	230	25,61	36,00	80,70	507,50
303,16	Кофейный напиток с молоком	200	5,00	3,20	24,66	141,28
0,09	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	133,20
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>35,2</b>	<b>39,9</b>	<b>140,4</b>	<b>807,5</b>
38,26	Салат из свежих помидор и огурцов с луком заправленный растительным маслом	60	0,34	2,05	1,74	28,09
47,01*317	Салат «Витаминный» (консервированная капуста с клюквой) заправленная растительным маслом	60	0,72	5,41	6,32	77,73
66236,09	Борщ "Сибирский" с фасолью на бульоне	200	1,77	2,65	12,74	78,71
267,71	Шницель «Тотоша» запеченный с овощами	90	18,04	9,67	4,00	220,92
332	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,7	3,43	36,45	190,31
407,00	Сок фруктовый	200	0,20	0,26	22,20	86
5,10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1,85	0,36	23,9	126,7
<b>Итого за Обед (полноценный рацион питания)</b>			<b>28,9</b>	<b>20,6</b>	<b>104,3</b>	<b>721,5</b>
<b>Итого за Обед (замена)</b>			<b>28,3</b>	<b>21,8</b>	<b>105,7</b>	<b>780,8</b>

Неделя: 2 Понедельник 12-18 лет						
№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
1,60	Салат фруктовый с сахарной пудрой	100	0,65	0,3	9,2	42,5
223,24	Запеканка творожная с соусом молочным (сладким)	230	28,08	34,83	66,1	682,39
303,16	Кофейный напиток с молоком	200	5,00	3,2	24,66	141,28
5,10	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	177,60
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>39,81</b>	<b>38,97</b>	<b>139,28</b>	<b>1043,77</b>
38,26	Салат из свежих помидор и огурцов с луком заправленный растительным маслом	100	0,6	3,1	2,9	48,16
47,01*317	Салат «Витаминный» (консервированная капуста с клюквой) заправленная растительным маслом	100	3,2	4,2	13,0	85,0
66236,09	Борщ "Сибирский" с фасолью на бульоне	250	2,34	5,45	10,95	74,56
267,71	Шницель «Тотоша» запеченный с овощами	100	20,04	10,74	4,4	235,48
332	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,84	7,20	43,74	228,38
407,00	Сок фруктовый	200	0	0,3	22,2	86,4
5,10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1,84	0,33	23,9	126,7
5,01	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,3	117,5
<b>Итого за Обед (полноценный рацион питания)</b>			<b>28,9</b>	<b>20,6</b>	<b>104,3</b>	<b>721,5</b>
<b>Итого за Обед (замена)</b>			<b>28,3</b>	<b>21,8</b>	<b>105,7</b>	<b>780,8</b>

Повар *Т.Е.Корнилина*

Завхоз *Е.С.Смоленская*