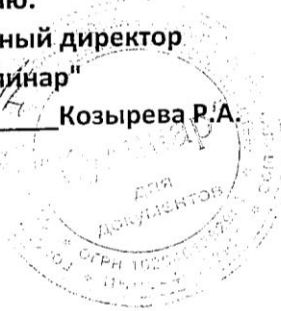




Согласованно:
Председатель
Совета родителей

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО "Кулинар"
Козырева Р.А.



Примерное 10-ти дневное меню
для школ г.Балашова Саратовской области
5-11 класс за родительские деньги
на сентябрь 2022 года

1 день

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
75-00	Борщ	1/250	2	3,2	13,1	106	110
	Тефтели с соусом	1/60	5,7	5,1	5,1	90,6	587
	Каша гречневая	5/110	6,1	10,8	30,2	249,8	Т№4
	Чай	1/200	0	0	15	58,,0	685
	Булочка	1/50	3,73	6,8	30,33	196,67	769
	Хлеб	1/25	2	0,5	12	66,5	

2 день

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
75-00	Суп карт. с горохом	1/250	6,18	5,56	22,3	166,9	139
	Каша пшеничная	1/150	4,8	6	32	268,5	Т№4
	Гуляш из филе ц/б	1/75	10,4	4,8	3	99	437
	Коф.напиток	1/200	2,4	3,6	27,9	148	692
	Булочка	1/50	3,73	6,8	30,33	196,67	769
	Хлеб	1/25	2	0,5	12	66,5	

3 день

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
75-00	Суп картоф. С гречкой	1/250	2,6	5,3	14,3	116	138
	Жаркое по домашнему	1/150	13,3	7,3	16,2	187,4	436
	Компот	1/200	0,6	0	31,4	124	639
	Пирожок	1/60	3,19	2,54	22,7	345,6	
	Хлеб	1/25	2	0,5	12	66,5	

4 день

Итого	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
75-00	Суп картоф с рисом	1/250	2,6	5,3	14,3	116	138
	Макароньы запеч.с сыром	5/150	8,578	13,98	60,34	378,27	333
	Чай с лимоном	1/200	0	0	15	58	685
	Пирожок	1/75	3,99	3,17	28,38	432	
	Хлеб	1/25	2	0,5	12	66,5	

