

СОГЛАСОВАНО

Заместитель начальника Забайкальского
территориального отдела управления
Роспотребнадзора по ж.д. транспорту

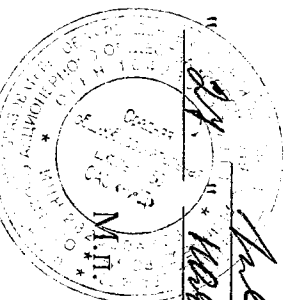


М.В. Лепехина

М.В. Лепехина
2018 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор частного общеобразовательного
учреждения "Средняя общеобразовательная
школа № 50 открытого акционерного общества
"Российские железные дороги"



Е.В. Усольцева

Е.В. Усольцева
2018 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

НА 20187- 2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

ПО ИНТЕРНАТУ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ

ШКОЛЫ № 50 ОАО "РЖД"

СЕЗОН ОСЕННЕ - ЛЕТНИЙ

ВЕСЕННЕ - ЛЕТНИЙ

С 7 - 11 ЛЕТ

№ рец.	Неделя первая 1 день - пятница	До 11 лет масса порции и	Ст ар ше е 11 мас	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценнос ть (ккал)	Минеральные вещества (мг)							Витамины (мг)		
				Б	Ж	У		Са	Мг	Р	Fe	В1	А	Е	С		
58.	Супп картофельный на м/б	250,00		2,40	2,50	18,10	107,00	15,05	27,13	205,00	1,01	0,10	0,10	8,02	9,64		
262.	Сосиска в тесте	50,00		4,70	5,70	13,40	125,00	6,53	3,60	159,00	0,44	0,01	0,00	0,00	0,00		
283.	Чай с сахаром	200,00		0,10	0,00	9,10	35,00	0,26	0,00	14,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,10		
311.	Кисель	200,00		0,00	0,00	23,90	93,00	0,00	0,00	26,00	0,00	0,38	0,00	0,20	25,00		
36.	Салат "Мазайка"	80,00		1,10	6,70	6,50	91,00	8,84	6,68	2,30	0,27	0,02	12,90	4,10	4,41		
173.	Каша гречневая рассыпчатая	180,00		10,40	6,80	45,40	288,00	16,88	159,54	223,00	5,47	0,31	0,00	1,44	0,00		
95.	Гуляш из говядины	60,00		17,30	18,10	3,20	245,00	12,18	22,98	92,00	2,60	0,05	0,19	4,00	0,98		
78.	Суп молочный вермишелевый	250,00		5,50	5,20	19,90	148,00	135,61	18,01	250,00	0,39	0,06	50,00	3,30	0,65		
2.	Бутерброд с маслом и сыром	30\5\10		5,00	7,10	14,50	144,00	107,50	15,40	0,76	0,68	0,05	0,03	2,60	0,07		
12.	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	80,00		1,60	4,50	3,80	62,00	30,39	12,18	55,00	0,57	0,03	60,00	14,80	26,42		
283.	Чай с сахаром	200,00		0,10	0,00	9,10	35,00	0,26	0,00	14,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,10		
294.	Компот из сухофруктов	200,00		0,50	0,10	31,20	121,00	14,62	8,50	10,00	0,92	0,07	0,04	0,00	0,29		

№ рец.	Неделя вторая 1 день - пятница	До 11 лет масса порции и	Ст ар ше 11 мас	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценнос ть (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)				
				Б	Ж	У		Са	Мг	Р	Fe	В1	А	Е	С			
94.	Азу	60,00		17,00	21,90	2,80	277,00	14,32	23,75	146,00	2,60	0,05	0,02	0,18	1,20			
90.	Рыба запеченная с картофелем	200,00		23,60	17,90	20,00	338,00	65,72	46,97	106,00	1,44	0,17	10,00	42,70	0,79			
15.	Салат из огурцов и помидоров	80,00		0,60	3,80	2,90	48,00	12,00	9,66	46,00	0,45	0,02	0,03	14,80	4,56			
283.	Чай с сахаром	200,00		0,10	0,00	9,10	35,00	0,26	0,00	14,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,10			
294.	Компот из сухофруктов	200,00		0,50	0,10	31,20	121,00	14,62	8,50	10,00	0,92	0,07	0,04	0,00	0,29			
3.	Бутерброды с сыром	30,0/10,0		5,00	3,00	14,50	107,00	106,90	15,40	0,76	0,67	0,05	0,03	10,20	0,07			