



"СОГЛАСОВАНО"

ИП

Шашенкова Л.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор школы



МЕНЮ

12 февраля 2024 год

7 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции 7-11 лет | Масса порции 12-18 лет | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------|-----------------------|------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|                                      |                       |                        | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                       |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ     | 60                    | 100                    | 1,1              | 5,3         | 4,6          | 71,4                          |             |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА              | 100                   | 100                    | 17,2             | 18,5        | 2,5          | 245,2                         | 246         |
| РИС ОТВАРНОЙ                         | 150                   | 180                    | 3,6              | 5,9         | 38,5         | 222                           | 304         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                        | 200/15/7              | 200/15/7               | 0,2              | 0           | 15,0         | 61,6                          | 377         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.           | 30                    | 50                     | 2                | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>562</b>            | <b>652</b>             | <b>24,1</b>      | <b>30</b>   | <b>73,3</b>  | <b>661,4</b>                  |             |
| <b>Обед</b>                          |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО           | 60                    | 100                    | 1,7              | 3           | 3,6          | 48,6                          |             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ            | 200                   | 250                    | 2,4              | 2,4         | 15,3         | 92,1                          | 101         |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ                       | 90                    | 100                    | 9,5              | 11,4        | 10,3         | 185,0                         | 268         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5                 | 180/5                  | 5,6              | 4,7         | 35,9         | 208,5                         | 203         |
| СОУС ТОМАТНЫЙ 783                    | 50                    | 50                     | 0,5              | 2,4         | 3,4          | 37,6                          | 783         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 200                   | 200                    | 0                | 0           | 15,5         | 61,9                          | 349         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.           | 40                    | 60                     | 2,6              | 0,4         | 17           | 81,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>795</b>            | <b>945</b>             | <b>22,3</b>      | <b>24,3</b> | <b>101</b>   | <b>715,3</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                       |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ С САХАРОМ     | 200                   | 200                    | 1,4              | 0,3         | 43,0         | 188,7                         | 339         |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                     | 200                   | 200                    | 5,9              | 5,1         | 9,8          | 110,5                         | 385         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>400</b>            | <b>400</b>             | <b>7,3</b>       | <b>5,4</b>  | <b>52,8</b>  | <b>299,2</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                |                       |                        | <b>53,7</b>      | <b>59,7</b> | <b>227,1</b> | <b>1675,9</b>                 |             |

Зав. производством