



"СОГЛАСОВАНО"

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



"УТВЕРЖДАЮ"

МЕНЮ
16 февраля 2024 год

11 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | 60 | 100 | 2,16 | 6,12 | 4,68 | 82,2 | 30 |
| МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ | 100 | 100 | 17,9 | 19,7 | 2,8 | 259,4 | 256 |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ | 150 | 180 | 4,5 | 4,5 | 32,1 | 187,5 | 171 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 200 | 2,9 | 2,4 | 15,7 | 96,6 | 378 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 50 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | |
| Итого за прием пищи: | 540 | 630 | 29,46 | 33,02 | 67,98 | 686,9 | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ | 60 | 100 | 2,8 | 5,7 | 4,2 | 79,8 | 50 |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ | 200 | 250 | 1,5 | 4,1 | 8,3 | 75,9 | 98 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 100 | 25,4 | 28,0 | 14,5 | 409,8 | 294 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 180 | 3,2 | 5,3 | 21,4 | 145,7 | 128 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ 783 | 50 | 50 | 0,5 | 2,4 | 3,4 | 37,6 | 783 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЭКСТРАТА | 200 | 200 | 0 | 0 | 29,3 | 117,1 | 882 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 60 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | |
| Итого за прием пищи: | 790 | 940 | 36,0 | 45,9 | 98,1 | 947,5 | |
| Полдник | | | | | | | |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 200 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 45,6 | 338 |
| КЕФИР | 200 | 150 | 6 | 5,2 | 8,3 | 109,7 | 386 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 350 | 6,4 | 5,6 | 17,8 | 155,3 | |
| Всего за день: | | | 71,86 | 84,52 | 183,88 | 1789,7 | |

Зав.
производством _____