

"УТВЕРЖДАЮ"



Шашенкова Л.Н.

Директор школы

"СОГЛАСОВАНО"



МЕНЮ

18 мая 2024 года

6 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							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	100	0,5	0,1	1,5	8,4	
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ	200	200	26,0	14,6	70,3	514,1	391
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	
Итого за прием пищи:	512	572	28,7	15,0	99,5	645,3	
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	100	0,7	0,1	2,3	14,5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	250	1,5	4,1	8,8	77,4	99
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	100	12,6	9,2	3,8	153,3	232
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	3,2	5,3	21,4	145,7	128
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	0,7	0,3	20,2	98,1	388
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	60	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	800	950	25,1	20,9	99,2	701,6	
Полдник							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	150	0,4	0,4	9,5	45,6	338
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	1	0,2	19,6	83,4	389
Итого за прием пищи:	300	350	1,4	0,6	29,1	129,0	
Всего за день:			55,2	36,5	227,8	1475,9	

Зав. производством _____