

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП

Шашенкова Л.Н.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы



МЕНЮ

10 февраля 2025 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 50 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | |
| Итого за прием пищи: | 562 | 652 | 24,1 | 30 | 73,3 | 661,4 | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 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. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 60 | 2,6 | 0,4 | 17 | 81,6 | |
| Итого за прием пищи: | 795 | 945 | 22,3 | 24,3 | 101 | 715,3 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 400 | 400 | 7,3 | 5,4 | 52,8 | 299,2 | |
| Всего за день: | | | 53,7 | 59,7 | 227,1 | 1675,9 | |

Зав. производством _____