

Директор Пашкина Т.Л.

11 мая 2021 год

Меню для обучающихся из основных и многодетных семей

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 лет

Приём пищи 1-3 недели пятница	Наименование блюда	Вес блюда в гр.	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецепта	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	140/40	13,00	26,25	13,74	343,40	438	23,54
	Молоко ультрапастеризованное в ИУ	200	7	6	9,4	124		14,08
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	376	1,04
	Мёд порционный	10	0,08	0	80,3	8,03		2,51
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47		5,96
Итого за завтрак			<b>20,58</b>	<b>32,65</b>	<b>128,24</b>	<b>582,43</b>		<b>47,13</b>
Обед	икра кабачковая	80	0,8	6,4	4,8	80		8,8
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,06	4,28	18,88	130,6	206	2,07
	Куры отварные с маслом сливочным	80/10	21,06	20,52	1,62	275,4	288	20,56
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,4	0,6	3,3	17,4	309	4,58
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,36	13,06	82,2		1,48
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	12,6	63		0,89
	Кисель плодово-ягодный С-витамин.	200	2,34	3,2	14,84	139,2	376	4,32
Итого за обед			<b>38,9</b>	<b>36,72</b>	<b>69,1</b>	<b>787,8</b>		<b>42,7</b>
Итого за день			<b>59,48</b>	<b>69,37</b>	<b>197,34</b>	<b>1370,23</b>	<b>0,00</b>	<b>89,83</b>
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	140/40	13,00	26,25	13,74	343,40	438	23,54
	Молоко ультрапастеризованное в ИУ	200	7	6	9,4	124		14,08
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	376	1,04
	Мёд порционный	10	0,08	0	80,3	8,03		2,51
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47		5,96
Итого за завтрак			<b>20,58</b>	<b>32,65</b>	<b>128,24</b>	<b>582,43</b>		<b>47,13</b>
Обед	икра кабачковая	100	1	8	6	100		10,1
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,08	5,35	23,6	163,25	206	2,07
	Куры отварные с маслом сливочным	90/10	21,06	20,52	1,62	275,4	288	22,85
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,4	0,6	3,3	17,4	309	4,58
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,36	13,06	82,2		1,48
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,36	12,6	63		0,89
	Кисель плодово-ягодный С-витамин.	200	2,34	3,2	14,84	139,2	376	4,32
Итого за обед			<b>40,115</b>	<b>39,39</b>	<b>75,02</b>	<b>840,45</b>		<b>46,29</b>
Итого за день			<b>60,70</b>	<b>72,04</b>	<b>203,26</b>	<b>1422,88</b>	<b>0,00</b>	<b>93,42</b>

ар Лапик Т.П.

зседатель бракеражной комиссии Ол-