

Согласовано

Директор МБОУ

МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ от 7 до 10 лет

на " 02 " 06 2022 год

по МБОУ " Железнодорожная СОШ " школе

1/3

ЗАВТРАК

| №п/п | Наименование блюд | Выход одной порции, гр | Б | Ж | У | Энерг. ценность (ккал) |
|----------------|--------------------------------------|------------------------|-------|-------|-------|------------------------|
| 1 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,46 | 5,8 | 30,45 | 195,7 |
| 2 | Икра кабачковая (пром.производства) | 30 | 0,82 | 2,16 | 4,36 | 40,14 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 |
| 4 | Кисло-молочный продукт | 180 | 5,8 | 5 | 8,4 | 102 |
| 5 | Кондитерское изделие | 80 | 6,4 | 6,4 | 46,4 | 272 |
| ИТОГО ЗАВТРАК: | | | 19,60 | 19,58 | 99,49 | 655,82 |

ОБЕД

| №п/п | Наименование блюд | Выход одной порции, гр | Б | Ж | У | Энерг. ценность (ккал) |
|-------------------|----------------------------|------------------------|-------|-------|--------|------------------------|
| 1 | Суп картофельный с рисом | 200 | 1,58 | 2,17 | 9,69 | 68,60 |
| 2 | Каша вязкая пшеничная | 150 | 8,44 | 9,94 | 43,32 | 300,00 |
| 3 | Фрикадельки мясные в соусе | 100 | 11,96 | 12,43 | 11,71 | 206,00 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 45,98 |
| 6 | Чай с сахаром | 180/5 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 |
| ИТОГО ОБЕД: | | | 25,53 | 25,08 | 99,08 | 730,72 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ №3: | | | 45,13 | 44,66 | 198,57 | 1386,54 |

ЦЕНА ЗАВТАК + ОБЕД 177 руб. 80 коп.

Мед.работник И.И.Иванова

ПОВАР

