Согласовано
Начальник отдела образования
Директор МБОУ _____

М Е Н Ю

ДЛЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ от 7 до 10 лет

на "08" 06 2022год

по МБОУ "Желябовская СОШ" школе

1/2

ЗАВТРАК

№п/п	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
1	Оладьи с повидлом	165	11,6	11,48	71,29	435
2	Какао с молоком	180	4,08	3,54	17,58	118,6
3	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО ЗАВТРАК:		**16,08**	**15,42**	**98,67**	**600,60**

ОБЕД

№п/п	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
1	Овощи натуральные по сезону	50	0,55	0,1	1,9	11,00
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60
3	Каша вязкая гречневая	150	8,44	9,94	43,32	300,00
4	Птица тушеная в соусе	100	11,65	11,66	23,15	226,70
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	Компот из яблок	180	0,144	0,144	25,1	103,14
	ИТОГО ОБЕД:		**26,42**	**24,63**	**131,80**	**851,56**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ №2:		**42,50**	**40,05**	**230,47**	**1452,16**

ЦЕНА ЗАВТАК + ОБЕД 177 руб. 80 коп.

Мед.работник _____ **ПОВАР** _____

Калорийность