

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ



Меню

День: 6

Возрастная категория: 6-10

Наименование блюда 2	Цена, р 3	Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
Завтрак						
Каша жидкая молочная рисовая (пшеничная)		200	6,25	8,28	34,83	245,33
Яйцо отварное		40	5,08	4,60	0,28	63,00
Печенье или вафли		30	0,84	0,99	23,19	106,20
Какао (или кофейный напиток) с молоком		200	5,53	6,06	24,63	174,00
Сыр (порциями)		15	1,70	3,45	0,39	45,00
Хлеб ржаной		20	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		25	2,00	0,38	9,48	52,00
Итого	60,73		22,38	23,96	101,76	725,53
Обед						
Сельдь (порциями)		80	13,60	6,80	0,00	116,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		255	1,91	3,97	8,14	85,00
Жаркое по-домашнему (азу)		200	12,71	17,06	15,16	270,00
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		55	4,40	0,83	20,85	114,40
Хлеб ржаной		30	1,47	0,30	13,44	60,00
Итого	91,10		35,09	29,16	77,59	711,20

Возрастная категория: 11-18

Наименование блюда 2	Цена, р 3	Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
Завтрак						
Каша жидкая молочная рисовая (пшеничная)		200	6,25	8,28	34,83	245,33
Яйцо отварное		40	5,08	4,60	0,28	63,00
Печенье или вафли		50	0,95	102,00	25,26	126,20
Какао (или кофейный напиток) с молоком		200	5,53	6,06	24,63	174,00
Сыр (порциями)		19	1,70	3,45	0,39	45,00
Хлеб ржаной		60	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		60	2,00	0,38	9,48	52,00
Итого	70,61		22,49	124,97	103,82	745,53
Обед						
Сельдь (порциями)		80	13,60	6,80	0,00	116,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		255	1,91	3,97	8,14	85,00
Жаркое по-домашнему (азу)		220	12,71	17,06	15,16	270,00
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		75	4,40	0,83	20,85	114,40
Хлеб ржаной		40	1,47	0,30	13,44	60,00
Итого	105,90		35,09	29,16	77,59	711,20

Заведующий производством

Утверждаю:
 Генеральный директор ООО "ИИ
 Калашников"

