

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №



Меню для бесплатного питания обучающихся 7-11 лет

2023год

| №<br>рец.,нормат.<br>документация | Наименование блюда                             | Масса<br>порции,<br>(г) | Пищевые вещества,(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-----------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------|----------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|                                   |                                                |                         | Б                    | Ж     | У      |                                   |
| ВТОРНИК ( 2 неделя) Завтрак       |                                                |                         |                      |       |        |                                   |
| №14 сб. 2017                      | Масло сливочное (порц.)<br>Крестьянское 72,5%  | 10                      | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66                                |
| №210 сб. 2017                     | Омлет натуральный                              | 200                     | 17,97                | 32    | 3,4    | 377                               |
| №131 сб. 2017                     | Зелёный горошек<br>отварной                    | 50                      | 0,96                 | 0,06  | 1,92   | 11,64                             |
| №376 сб. 2017                     | Чай с сахаром                                  | 200/10                  | 0,07                 | 0,02  | 10     | 60                                |
|                                   | Хлеб пшеничный                                 | 30                      | 2,28                 | 0,24  | 14,76  | 70,5                              |
|                                   | Всего за завтрак                               | 500                     | 21,36                | 39,57 | 30,21  | 585,14                            |
| Обед                              |                                                |                         |                      |       |        |                                   |
| №71 сб. 2017                      | Овощи СВЕЖИЕ(огурец)                           | 60                      | 0,66                 | 0,12  | 2,28   | 13,2                              |
| №103 сб. 2017                     | Суп картофельный с<br>макаронными<br>изделиями | 200                     | 2,69                 | 2,84  | 17,46  | 118,25                            |
| №289 сб. 2017                     | Рагу из птицы                                  | 90\150                  | 17,57                | 14,6  | 20,85  | 285,26                            |
| №342 сб. 2017                     | Компот из свежих<br>плодов                     | 200                     | 0,16                 | 0,16  | 27,8   | 114                               |
|                                   | Хлеб пшеничный                                 | 30                      | 2,28                 | 0,24  | 14,76  | 70,5                              |
|                                   | Хлеб ржано-пшеничный                           | 30                      | 1,98                 | 0,36  | 10,02  | 52,2                              |
|                                   | Всего за обед                                  | 760                     | 25,34                | 18,32 | 93,17  | 653,41                            |
|                                   | Итого за день                                  | 1260                    | 46,7                 | 57,89 | 123,38 | 1238,55                           |