



Бласенко Е.Н.

## МЕНЮ для учащихся 7-11 лет

(в т.ч. для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)

По столовой МБОУ СОШ №

На « 26 » 09 2023 г

Неделя: вторая  
День: 8 (вторник)

| Наименование  | масса порции в г | белки, г | жиры, г | углеводы, г | Ккал  | Цена  |
|---|------------------|----------|---------|-------------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |                  |          |         |             |       |       |
| Салат из белокочанной капусты<br>(капуста, морковь, масло растительное)                                 | 60               | 0,8      | 1,4     | 0,9         | 19,7  | 3,75  |
| Гуляш<br>(говядина, паста томатная, лук, мука пшеничная)  | 90               | 13,1     | 15,1    | 2,6         | 198,9 | 51,30 |
| Каша гречневая рассыпчатая  | 155              | 8,8      | 6,2     | 36,7        | 234,0 | 8,76  |
| Напиток из плодов шиповника   | 200              | 0,7      | 0,3     | 9,8         | 46,2  | 6,46  |
| Хлеб пшеничный  | 30               | 2,2      | 0,2     | 14,7        | 70,3  | 1,97  |
| Хлеб ржано-пшеничный  | 20               | 1,3      | 0,2     | 7,9         | 39,1  | 1,62  |
| Итого:  | 505              | 26,9     | 23,4    | 72,6        | 608,2 | 73,86 |
| <b>Обед</b>   |                  |          |         |             |       |       |
| Овощи натуральные свежие (помидоры)   | 60               | 0,7      | 0,1     | 2,3         | 13,2  | 7,97  |
| Щи из свежей капусты с картофелем<br>(капуста, картофель, морковь, лук)                                 | 200              | 1,4      | 2,2     | 6,3         | 56,0  | 5,71  |
| Биточек рыбный<br>(минтай, хлеб пшеничный, сухари, масло сливочное)                                     | 95               | 10,6     | 13,0    | 12,8        | 214,8 | 21,51 |
| Пюре картофельное<br>(картофель, молоко, масло сливочное)   | 150              | 3,1      | 4,8     | 20,4        | 137,3 | 11,52 |
| Сок фруктовый   | 200              | 1,0      | 0,0     | 20,2        | 84,8  | 7,28  |
| Плоды свежие (яблоки)   | 100              | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 47,0  | 7,93  |
| Хлеб пшеничный  | 40               | 2,9      | 0,3     | 19,6        | 93,7  | 2,62  |
| Хлеб ржано-пшеничный  | 30               | 2,0      | 0,3     | 11,9        | 58,7  | 2,43  |
| Итого:  | 805              | 22,1     | 21,1    | 103,3       | 705,5 | 66,97 |
| <b>Полдник</b>  |                  |          |         |             |       |       |
| Пудинг из творога запеченный с молоком сгущенным<br>(творог, крупа манная, яйцо куриное, изюм, сметана) | 100/30           | 17,1     | 13,6    | 36,8        | 338,3 | 47,75 |
| Какао с молоком<br>(какао-порошок, молоко, сахар)   | 200              | 3,7      | 3,2     | 6,4         | 71,7  | 8,17  |
| Итого:  | 330              | 20,8     | 16,8    | 43,2        | 410,0 | 55,92 |

Заведующий производством

