



Директор ООО «Комбинат «Школьного питания»



Власенко Е.Н.

## МЕНЮ для учащихся 7-11 лет (в т.ч. для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)

По столовой МБОУ СОШ №  
На « 04 » 10 2023 г

Неделя: первая

День: 3 (среда)

| Наименование  | масса порции в г | белки, г | жиры, г | углеводы, г | Ккал  | Цена  |
|---|------------------|----------|---------|-------------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>  |                  |          |         |             |       |       |
| Салат витаминный (2 вариант)<br><i>(капуста, морковь, горошек, масло растительное)</i>                  | 60               | 1,0      | 2,5     | 2,3         | 36,2  | 6,47  |
| Плов из птицы<br><i>(мясо птицы, крупа рисовая, морковь, лук, паста томатная)</i>                       | 240              | 19,2     | 11,7    | 32,9        | 314,6 | 53,28 |
| Чай с сахаром   | 200              | 0,1      | 0,0     | 9,0         | 36,8  | 1,20  |
| 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:  | 500              | 23,8     | 14,6    | 66,8        | 497,0 | 64,54 |
| <b>Обед</b>   |                  |          |         |             |       |       |
| Овощи натуральные свежие (огурцы)   | 60               | 0,4      | 0,1     | 1,1         | 7,2   | 5,68  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями<br><i>(картофель, морковь, лук, изделия макаронные)</i>        | 200              | 2,2      | 2,3     | 13,9        | 94,6  | 5,80  |
| Гуляш<br><i>(свинина, паста томатная, лук, мука пшеничная)</i>  | 90               | 13,1     | 15,1    | 2,6         | 198,9 | 28,23 |
| Каша пшеничная рассыпчатая  | 155              | 6,3      | 4,8     | 36,9        | 215,9 | 5,62  |
| Компот из смеси сухофруктов   | 200              | 0,7      | 0,1     | 21,0        | 82,8  | 3,55  |
| 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:  | 705              | 27,6     | 23,0    | 107,0       | 751,8 | 53,93 |
| <b>Полдник</b>  |                  |          |         |             |       |       |
| Запеканка из творога с молоком сгущенным<br><i>(творог, крупа манная, яйцо куриное, сахар, сметана)</i> | 100/30           | 19,7     | 15,0    | 31,3        | 338,5 | 51,24 |
| Сок фруктовый в промышленной упаковке   | 200              | 1,0      | 0,0     | 20,2        | 84,8  | 30,00 |
| Итого:  | 330              | 20,7     | 15,0    | 51,5        | 423,3 | 81,24 |

Заведующий производством

Власенко В.Н.