



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 « 18 » 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) <i>(капуста, морковь, горошек, масло растительное)</i>	60	1,0	2,5	2,3	36,2	6,47
Плов из птицы <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 <i>(картофель, морковь, лук, изделия макаронные)</i>	200	2,2	2,3	13,9	94,6	5,80
Гуляш <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 <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.М.