

Утверждено  
Школа



**Меню**  
**« 17 » мая 2023г.**  
**День 8**

**Завтрак учащихся 7-11 лет**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Овощи по сезону (помидор, огурец) в нарезке	40	0,24	0,08	1,68	7,96	70	4,37
2	Гуляш из говядины	100	12,30	12,20	4,41	175	246/1	81,31
3	Макаронные изделия отварные	120	3,24	5,04	28,26	149,65	202	12,42
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	11,86
5	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	2,24
6	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,40
	Дополнительное питание: сок 0,2 кондитерское изделие в индивид.упак.							38
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>515</b>	<b>22,26</b>	<b>20,46</b>	<b>76,01</b>	<b>555,96</b>		<b>151,60</b>

**Обед учащихся 7-11 лет**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	5,48
2	Зеленый горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,90	24	197/1	16,08
3	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	10,85	9,55	7,97	147,17	234	52,53
4	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,7	304	18,10
5	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	3,91
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
7	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	4,20	2,65	38,35	182	Н	20,62
	Дополнительное питание: сок 0,2 кондитерское изделие в индивид. упаковке							38
	<b>Итого за обед</b>	<b>805</b>	<b>26,39</b>	<b>23,72</b>	<b>118,45</b>	<b>786,79</b>		<b>156,82</b>

Повар

*Конькина И.И.*



Меню  
 « 17 » мая 2023г.  
 от 11 лет и старше 1 смена  
 8 день

№ п/п	Наименование блюд <u>Завтрак:</u>	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Овощи по сезону (помидор, огурец) в нарезке	100	0,60	0,20	4,20	19,9	70	10,92
2	Гуляш из говядины	100	12,30	12,20	4,41	175	246/1	81,31
3	Макаронные изделия отварные	180	4,86	7,56	42,39	224,48	202	19,13
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	11,86
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
	Итого за завтрак	650	25,07	23,21	92,10	675,88		127,88

Повар

*В. Барановский*