



**Меню**  
 « 22 » мая 2023 г.  
 1 день

**Завтрак учащихся от 7 до 11 лет**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных (с маслом и сахаром)	150	5,71	8,51	29,73	221,64	173	15,82
2	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	14,04
3	Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	14	8,74
4	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	4,72
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
7	Фрукты св. (яблоко, груша, апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	338	10,40
	Дополнительное питание: сок 0,2л, кондитерское изделие в индивид. упаков.							38
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>535</b>	<b>15,98</b>	<b>21,18</b>	<b>75,36</b>	<b>559,99</b>		<b>95,36</b>

**Обед учащихся от 7 до 11 лет**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	8,77
2	Икра кабачковая промыш, производства	60	0,00	4,20	4,20	54	73-1	7,89
3	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	8,25	6,23	34,02	241,35	302	15,45
4	Печень тушеная в соусе	100	12,66	8,76	3,81	159	261	33,67
5	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
6	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,16	9,84	47	Н	1,28
7	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
6	Фрукты св. (яблоко, груша, апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	338	10,4
	Дополнительное питание: сок 0,2л, кондитерское изделие в индивид. упак.							38
	<b>Итого</b>	<b>860</b>	<b>27,66</b>	<b>24,02</b>	<b>114,95</b>	<b>786,01</b>		<b>127,70</b>

Повар Фулбаралов И. В.



