



Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 2

" ____ " _____ 2021

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ВАРЕНЬЕМ (Творог, Яйцо, Варенье, Манная крупа, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль, Сухари панировочные) 2*	180/20	27,1	18,32	52,15	497,32
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,38	0,73	9,75	53
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180/5	0,27	0,09	14,24	57,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	510	29,15	19,54	85,94	654,62
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 5*	60	0,42	0,06	1,14	7,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис) 1*	200	2,8	4,8	9,2	70
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ (Батон, Мясо индейки(филе), Молоко, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные) 2*	90	10,62	10,08	13,5	198,9
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль) 1*	150	3,47	4,96	31,3	183,75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,72	0,4	18	86,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,63	1,45	19,5	118,5
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1	0,2	20,6	92
Итого за Обед	790	22,66	21,95	113,24	756,75
Итого за день	1 300	51,81	41,49	199,18	1411,37

Директор ГБОУ
Зав. пищеблоком
Бухгалтер



Способ приготовления блюд:
1* - отварное блюдо
2* - запеченное блюдо
3* - тушеное блюдо
4* - выпечное блюдо
5*-холодное блюдо