



## Меню 7-11 лет

Неделя 2 день: 5

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2021

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ И С СЫРОМ (Сыр , Морковь очищенная, Лук репчатый, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%) 1*	150/10	4,3	11,87	15,36	189,28
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
ЙОГУРТ М.Д.Ж. 2,5%	100	3,2	2,4	11,5	73
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570</b>	<b>9,55</b>	<b>15,49</b>	<b>60,65</b>	<b>419,58</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые) 5*	60	0,72	3,06	1,56	37,8
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5% Сметана Соль) 1*	200/5/5	3,04	4,47	8,38	89,9
БИТОЧКИ "ШКОЛЬНИК" (Свинина, Молоко , Говядина, Манная крупа, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль) 2*	90	14,22	19,98	7,38	262,8
РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ (Томат - паста, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Соль) 1*	150	3,8	5,4	38,9	220
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
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,3	3,5	3,75	75
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,04	0,1	18	84
<b>Итого за Обед</b>	<b>820</b>	<b>28,47</b>	<b>38,36</b>	<b>115,47</b>	<b>974,4</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 390</b>	<b>38,02</b>	<b>53,85</b>	<b>176,12</b>	<b>1393,98</b>

Способ приготовления блюд:

- 1\* - отварное блюдо
- 2\* - запеченное блюдо
- 3\* - тушеное блюдо
- 4\* - выпечное блюдо
- 5\* - холодное блюдо

Директор ГБОУ \_\_\_\_\_  
Зав. пищеблоком \_\_\_\_\_  
Бухгалтер \_\_\_\_\_

