

Согласовано
МБОУ "КШ"

Н.А. Горяйнова
20 25

МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И. Покрас
20 25



5 день, пятница, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры,	Углево-	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего	ды, г		Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
244	Голубцы Нежность	60,0/28,	6,21	2,75	6,32	73,20	21,62	8,85	20,49	0,35	3,55	53,24	0,73	0,01	6,86	31,24
173	Каша вязкая пшеничная	150,0	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	22,49
2	Батон школьный	47,2	4,05	1,80	27,57	142,15	8,42	5,73	31,72	0,45	0,92	1,6	1,23	0,05	0	3,42
15	Сыр (порциями)	15,0	3,82	3,84	0,00	50,57	147	6,62	94,08	0,15	33,81	38,7	0,08	0	0,12	20,98
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,87
Итого за 'Завтрак '		500,24	18,54	17,00	79,40	538,42	197,1	43,46	244,8	2,66	96,1	158,84	2,81	0,18	6,97	81,00
Обед																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	200,0	1,34	3,04	10,75	72,48	28,96	16	36	0,77	14,16	152,6	0,16	0,03	6,45	18,34
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
280	Фрикадельки в соусе	105,0	7,47	15,65	10,76	213,54	31,97	13,05	76,92	0,78	24,76	33,67	2,52	0,27	0,11	47,07
92	Картофельное пюре	150,0	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	37,33
2	Батон школьный	76,7	6,57	2,92	44,74	230,68	13,66	9,3	51,47	0,73	1,49	2,59	2	0,08	0	5,55
685	Чай с сахаром	200,0	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,87
Итого за 'Обед'		744,16	22,26	28,72	101,60	745,36	118,7	70,01	249,7	3,68	63,93	228,55	4,93	0,52	16,85	121,50