

Согласовано
МБОУ "КШ"

Н.А. Горяйнова

2025 г.

МЕНЮ

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас

2025 г.



6 день, суббота, 7-11 лет, весенне-летний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена, руб.
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																
267	Апельсин под абрикосовым соусом	81,8	0,67	0,13	17,21	68,77	24,86	10,16	17,28	0,28	0	15,73	0,23	0,03	38,56	34,45
302	Каша овсяная молочная	200,0	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	27,17
2	Батон школьный	50,0	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
14	Масло сливочное	5,0	0,03	4,13	0,04	37,38	0,6	0	0,95	0,01	29,5	32,65	0,05	0	0	9,50
686	Чай с лимоном	200,0/7,	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	6,26
Итого за 'Завтрак'		543,83	14,21	16,52	104,74	610,93	189,9	88,61	316,8	2,94	76,48	101,48	2,52	0,37	40,93	81,00
Обед																
109	Пуштые шyd	250,0	3,34	3,21	18,05	112,49	25,48	25,96	78,71	1,19	23,85	245,33	0,25	0,1	8,6	29,22
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
155	Гуляш куриный	50,0/50,	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	51,90
ТТК 85	Каша перловая с овощами	150,0	5,18	14,04	39,92	300,38	35,89	30,59	184,8	1,22	0	440	7,28	0,07	0,79	9,59
2	Батон школьный	77,2	6,62	2,94	45,06	232,33	13,76	9,37	51,84	0,73	1,51	2,61	2,01	0,08	0	5,59
258	Напиток из сока	200,0	0,74	0,15	20,03	82,15	10,44	5,88	10,29	2,07	0	0	0,15	0,01	2,94	14,86
Итого за 'Обед'		789,71	32,72	27,46	127,84	877,33	99,9	80,53	340,9	5,83	29,68	709,43	12,08	0,28	13,64	121,50

0104