



«03» 10 2023 г

И.В. Пупрова

МЕНЮ 1 неделя 2 день

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|---|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ) | | | | | |
| Бутерброд с джемом | 40 | 1,62 | 0,60 | 24,86 | 109,20 |
| Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 9,50 | 12,50 | 25,90 | 255,00 |
| Кофейный напиток | 180 | 2,04 | 1,12 | 11,41 | 64,28 |
| Батон нарезной обогащенный микр. | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | 87,92 |
| Йогурт 2,5% жирности | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Итого завтрак: | | 18,23 | 17,96 | 82,68 | 587,04 |
| ОБЕД (7-11 ЛЕТ) | | | | | |
| Салат из свежих помидоров и горошка конс.с маслом раст. | 60 | 1,06 | 2,62 | 3,23 | 49,86 |
| Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и сметаной | 200/10/10 | 5,70 | 5,05 | 11,10 | 132,00 |
| Тефтели рыбные | 90 | 10,30 | 11,78 | 12,54 | 213,95 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,28 | 7,24 | 22,06 | 162,92 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,09 | 26,81 | 110,43 |
| Батон нарезной обогащенный микр. | 20 | 1,25 | 0,49 | 8,57 | 70,33 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: | | 24,65 | 27,62 | 101,27 | 821,07 |
| КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет) | | | | | |
| Салат из свежих помидоров и горошка конс.с маслом раст. | 100 | 1,77 | 2,37 | 5,38 | 83,10 |
| Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и сметаной | 250/10/10 | 6,20 | 5,61 | 16,80 | 145,89 |
| Тефтели рыбные | 100 | 11,33 | 12,14 | 13,94 | 211,73 |
| Пюре картофельное | 180 | 3,91 | 7,62 | 26,47 | 176,75 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,09 | 26,81 | 110,43 |
| Йогурт 2,5% жирности | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Батон нарезной обогащенный микр. | 20 | 1,25 | 0,49 | 8,57 | 70,33 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Кондитерские изделия | 40 | 0,60 | 3,92 | 29,00 | 140,02 |
| Итого комплексный обед: | | 31,62 | 35,72 | 149,57 | 1090,47 |

Заведующий производством

И.В. Пупрова