

УТВЕРЖДАЮ
ИП Кондратьева А.В.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШИ

Моженова С.В.



МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Школа Отд./корп 1 День

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	260/2013	Каша "Дружба" молочная	210	431,00	5,26	11,66	25,06
	554	Булочка "Выборская"	60	173,33	3,20	3,27	26,00
	108\2013	Хлеб	25	108,50	3,58	0,45	24,85
	501	Напиток кофейный	200	93,37	3,90	2,51	17,78
			495	806,20	15,94	17,89	93,69
Обед	128/2013	Борщ из свежей капусты с тушенкой и сметаной	250\20\10	183,56	4,50	4,92	10,94
	422\2012	Биточек куриный в соусе	100\30	215,15	14,38	13,28	9,54
	203	Макаронные изделия	150	209,62	5,64	4,79	36,00
	108/2013	Хлеб	50	108,50	3,58	0,45	24,85
	493/2013	Чай с сахаром	215	40,19	0,00	0,00	10,50
		Фрукт	150	42,03	0,30	0,00	10,47
		565	799,05	28,40	23,44	102,30	
Полдник	590\2012	Печенье	60	417,00	7,50	9,80	74,20
	377/2013	Чай с лимоном	220	41,02	0,05	0,01	10,20
			280	458,02	7,55	9,81	84,40
Ужин	311/2012	Омлет натуральный	100	167,29	13,20	13,27	2,86
	75/2013	Винегрет овощной	60	102,30	0,70	5,02	3,65
	203/2013	Хлеб пшеничный	25	117,50	3,95	0,50	24,15
	541	Ватрушка с картошкой	50	147,50	4,50	2,12	27,80
	495/2013	Чай с молоком	230	64,90	1,09	0,94	13,03
		465	599,49	23,44	21,85	71,49	
2 ужин		Кефир	200	120,00	5,80	6,80	8,00
			200	120,00	5,80	6,80	8,00
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2005	2782,76	81,13	79,79	359,88