

"Согласовано"  
Директор МОУСШ



*И. Ю. Арсудова*



*07.03.2021*

## Меню 12-18

IV день I недели

| Прием пищи, наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |             |              |                               |
| Курица в кисло-сладком соусе                                 | 90           | 10,5             | 4,5         | 11,3         | 130                           |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом                          | 200          | 7,2              | 5,1         | 48,3         | 268                           |
| Сыр порционный   | 10           | 2,3              | 3,0         | 0,0          | 36                            |
| Чай с низким содержанием сахара, лимоном                     | 215          | 0,2              | 0,0         | 10,0         | 41                            |
| Батон йодированный   | 35           | 2,6              | 1,0         | 18,0         | 91,7                          |
| <b>Итого за Завтрак:</b>                                     | <b>555</b>   | <b>22,8</b>      | <b>13,6</b> | <b>87,6</b>  | <b>567</b>                    |
| <b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>                             |              |                  |             |              |                               |
| <b>Обед</b>  |              |                  |             |              |                               |
| Рассольник ленинградский                                     | 280          | 5,3              | 9,6         | 15,3         | 156                           |
| Жаркое по-домашнему с овощами натуральными консервированными | 250/20       | 10,8             | 27,3        | 31,8         | 416                           |
| Компот из яблок  | 200          | 0,2              | 0,2         | 23,8         | 97,6                          |
| Хлеб ржаной  | 50           | 3,6              | 0,6         | 23,1         | 110,0                         |
| <b>Итого за Обед:</b>  | <b>800</b>   | <b>19,8</b>      | <b>37,7</b> | <b>94,0</b>  | <b>776</b>                    |
| <b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>                             |              |                  |             |              |                               |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |             |              |                               |
| Сок в индивидуальной упаковке                                | 200          |                  |             | 20,0         | 88                            |
| Яблоко   | 1 шт         | 0,5              | 5,0         | 12,7         | 61                            |
| Пирожок с конфитюром   | 100          | 9,0              | 17,0        | 22,0         | 277                           |
| <b>Итого за Полдник:</b>                                     | <b>400</b>   | <b>9,5</b>       | <b>22,0</b> | <b>54,7</b>  | <b>426</b>                    |
| <b>Цена комплекса 75-00 руб.</b>                             |              |                  |             |              |                               |
| <b>Итого за день:</b>  | <b>1755</b>  | <b>59,7</b>      | <b>83,1</b> | <b>271,3</b> | <b>1769</b>                   |

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством 