

"Согласовано"  
Директор МОУ СШ



*И.Д. Фролова*

## Меню 12-18

1 день II неделя



11.03.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Котлета мясная	90	13,1	16,8	6,3	229
Рис отварной с маслом сл.	200	4,6	6,0	48,2	269
Кукуруза	10	0,5	0,1	5,5	42
Чай с низк.сод.сахара и лимоном	200/15	0,2	0,0	10,0	41
Батончик к чаю	35	2,6	1,0	18,0	91,7
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>18,4</b>	<b>22,9</b>	<b>70,0</b>	<b>581</b>
<b>Обед</b>					
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,9	8,9	15,0	156
Гуляш из свинины	100	11,3	29,0	4,5	322
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	7,2	5,1	48,3	268
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	61,0
Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	21,0	100,0
<b>Итого за Обед:</b>	<b>805</b>	<b>26,9</b>	<b>43,5</b>	<b>103,8</b>	<b>907</b>
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,0	88
Рулет эстонский	50	4,8	3,8	43,0	195
Кондитерское изделие в инд.упак.	50	2,0	7,5	34,0	125
<b>Итого за Полдник:</b>	<b>300</b>	<b>6,8</b>	<b>11,3</b>	<b>97,0</b>	<b>408</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1655</b>	<b>31,0</b>	<b>67,9</b>	<b>281,1</b>	<b>1896</b>

Директор \_\_\_\_\_ Ивченко С.В.

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Стремянова Ю.Ю.

Зав.производством \_\_\_\_\_