

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №8»
 Е.Н. Сергеева



На «10» *Сергеева* 20 *24*.

7-11 лет

МЕНЮ

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
ЗАВТРАК					
Бутерброд с сыром, с маслом	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
Сырники творожные с молоком сгущенным	180/20	7,80	5,21	22,70	182,20
Чай с сахаром с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	605	16,94	18,69	75,63	555,30
2 - ой ЗАВТРАК					
Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого:	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Итого за завтрак:	805	22,74	23,69	85,23	662,30
ОБЕД					
Огурцы соленые (доп гарнир)	30	0,24	0,03	0,51	3,00
Суп гороховый с мясными фрикадельками и гречками	200/11/10	7,83	5,66	20,92	176,99
Котлета из говядины с маслом сливочным	90/3	15,19	14,00	14,84	220,30
Картофель запеченный дольками	180	4,90	10,58	37,94	273,60
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,03	92,80
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	814	35,16	31,29	135,73	959,69
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2119	57,89	54,98	220,96	1621,99

Зав. Производством _____

Давлетшина А.Н