

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



МЕНЮ

7-11 лет

На « 7 июля » 20__ г.

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
ЗАВТРАК					
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Омлет натуральный	150	12,10	13,05	7,64	187,60
Чай с молоком ,с сахаром	150/40/10	1,46	1,08	11,96	63,70
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:	540	18,62	23,60	62,33	530,90
2 - ой ЗАВТРАК					
Нектар плодовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32
Итого за завтрак:	720,00	19,52	23,60	80,51	607,22
ОБЕД					
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,84	3,61	4,96	55,68
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	4,07	7,55	13,58	112,77
Биточки рыбные из минтая	90	11,63	7,38	14,26	171,00
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,68	2,84	31,96	176,06
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	804	28,72	25,30	132,11	823,11
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2024,00	48,24	48,89	212,62	1430,33

Зав. Производством _____

Давлетшина А.Н