



«Утверждаю»
ООО « фирма Школьная »

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

с 11-18 лет



неделя	день недели	прием пищи	раздел в меню	Блюда	вес блюда,г	белки	жиры	звды	калл.	Нерецеп	Цена
2	5 01.03.2024	Завтрак	2 блюдо	Котлеты "Пожарские" с соусом кр осн	90/20	11,00	10,50	9,78	190	187сб шк	
			гарнир	гороховое пюре с маслом	180/5	3,09	4,6	22	210	167сб шк	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	282сб шк	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
			Итого за завтрак						19,59	15,90	71,9
2	6 02.03.2024	Завтрак	горячее блюдо	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200/10	4,56	15,45	39,3	394	183сб шк	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	282сб шк	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
			Итого за завтрак						10,06	16,25	79,4
1	1 04.03.2024	Завтрак	горячее блюдо	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200/10	4,56	15,45	39,3	394	183сб шк	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	282сб шк	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
			Итого за завтрак						10,06	16,25	79,4
1	2 05.03.2024	Завтрак	горячее блюдо	Плов из курицы	200	31,40	20,40	44,9	490	138сб шк	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	282сб шк	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
			Итого за завтрак						36,90	21,20	85
1	3 06.03.2024	Завтрак	2 блюдо	Тефтели из говядины с соусом кр.осн	90/20	18,00	15,70	0,5	125	1086 шк	
			гарнир	Гарнир гречневый с морковью	150/5	10,7	6	43,5	314	167сб шк	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	282сб шк	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
			Итого за завтрак						34,20	22,50	84,1
1	4 07.03.2024	Завтрак	горячее блюдо	Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/10	4,56	15,45	39,3	394	195сб шк	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	282сб шк	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
			Итого за завтрак						10,06	16,25	79,4

1	5	Завтрак	2 блюдо	Котлета из руб курицы с гречкой с соусом кр.осн	90/20	11,00	10,50	9,78	190	87сб шж	
	09.03.2024		гарнир	Гарнир "Сложный"	100/80	3,09	4,6	22	210	211сб шж	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200/10	0,1		9,1	35	282сб шж	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	5,4	0,8	31	150,6		
			Итого за завтрак			19,59	15,90	71,9	585,6		32,86