

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

## Меню



7-11 лет

1 неделя

5 день

| Раздел меню      | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|---------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак          |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Котлета из мяса кур             | 100       | 16,36            | 20,67 | 8,53     | 287,25                  |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая      | 150       | 7,6              | 5,24  | 34,32    | 214,55                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                   |
|                  | Батон йодированный              | 50        | 3,75             | 1,45  | 25,7     | 131                     |
| Итого за Завтрак |                                 | 500       | 27,91            | 27,41 | 78,57    | 674,11                  |
| Обед             |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Суп из овощей                   | 200       | 5,3              | 6,47  | 11,14    | 124,53                  |
|                  | Котлета рыбная                  | 100       | 17,77            | 9,78  | 17,63    | 256,94                  |
|                  | Картофель тушеный               | 150       | 3,06             | 4,25  | 23,95    | 147,69                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                   |
|                  | Хлеб ржаной                     | 50        | 3,25             | 0,5   | 21       | 100                     |
| Итого за Обед    |                                 | 700       | 29,58            | 21,05 | 83,74    | 670,47                  |
| Полдник          |                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Выпечное изделие                | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                  | Сок в инд.упаковке              | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
| Итого за Полдник |                                 | 300       | 12,28            | 13,97 | 59,36    | 417,43                  |
| Итого за день    |                                 | 1 500     | 69,77            | 62,43 | 221,67   | 1 762,01                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

## Меню



12-18 лет

1 неделя

5 день

| Раздел меню      | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |              | Энергетическая ценность |
|------------------|---------------------------------|-----------|------------------|-------|--------------|-------------------------|
|                  |                                 |           | Белки            | Жиры  | Углево<br>ды |                         |
| Завтрак          |                                 |           |                  |       |              |                         |
|                  | Котлета из мяса кур             | 100       | 16,36            | 20,67 | 8,53         | 287,25                  |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая      | 200       | 10,13            | 6,99  | 45,76        | 286,06                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02        | 41,31                   |
|                  | Батон йодированный              | 50        | 3,75             | 1,45  | 25,7         | 131                     |
| Итого за Завтрак |                                 | 550       | 30,44            | 29,16 | 90,01        | 745,62                  |
| Обед             |                                 |           |                  |       |              |                         |
|                  | Суп из овощей                   | 250       | 6,56             | 8,01  | 13,79        | 154,18                  |
|                  | Котлета рыбная                  | 100       | 17,77            | 9,78  | 17,63        | 256,94                  |
|                  | Картофель тушеный               | 200       | 4,08             | 5,66  | 31,93        | 196,92                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02        | 41,31                   |
|                  | Хлеб ржаной                     | 50        | 3,25             | 0,5   | 21           | 100                     |
| Итого за Обед    |                                 | 810       | 31,86            | 24    | 94,37        | 749,35                  |
| Полдник          |                                 |           |                  |       |              |                         |
|                  | Выпечное изделие                | 50        | 5,64             | 6,89  | 19,58        | 162,72                  |
|                  | Сок в инд.упаковке              | 200       | 1                | 0,2   | 20,2         | 92                      |
|                  | Яблоко                          | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8          | 47                      |
| Итого за Полдник |                                 | 350       | 7,04             | 7,49  | 49,58        | 301,72                  |
| Итого за день    |                                 | 1 710     | 69,34            | 60,65 | 233,96       | 1 796,69                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.