

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак (7 - 11 лет)					
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00	207,57
Картофель тушеный	150	2,20	5,75	32,48	155,37
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	35	0,35	0,03	2,04	8,65
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51
Яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого за день:	635	18,00	17,28	84,24	556,78
Стоимость питания, руб:					
Обед (7 - 11 лет)					
Биточек Домашний	100	13,17	14,32	11,04	261,81
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51
Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,59	73,56
Говядина отварная для I блю	30	4,09	2,92	0,25	43,25
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07	21,05
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	33,99	233,29
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15
Яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Итого за день:	1 100	33,64	34,91	139,72	1 013,99
Стоимость питания, руб:					
Льготное питание I смена (7 - 11 лет)-Завтрак					
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00	207,57
Картофель тушеный	200	2,94	7,66	43,30	207,16
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,14
Яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	750	20,09	19,82	97,50	638,28

Директор ОУ

Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед					
Биточек Домашний	100	13,17	14,32	11,04	261,81
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2
Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29	36,78
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07	21,05
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	209,96
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Итого:	995	30,50	30,32	117,44	873,98
Итого за день:	1 745	50,59	50,14	214,94	1 512,26
Стоимость питания, руб:					
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед					
Биточек Домашний	100	13,17	14,32	11,04	261,81
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2
Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29	36,78
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07	21,05
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	209,96
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75
Итого:	995	30,50	30,32	117,44	873,98
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник					
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00	207,57
Картофель тушеный	200	2,94	7,66	43,30	207,16
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,14
Яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	750	20,09	19,82	97,50	638,28
Итого за день:	1 745	50,59	50,14	214,94	1 512,26
Стоимость питания, руб:					