

УТВЕРЖДАЮ

директор школы _____

Десятидневное меню
(возраст 7-11 лет)

удостоверяющей
подписью
место подписания
2023.09.01 20:11:36+09'00'

№	Наименование блюда	Масса выхода	Пищевые вещества, мл			Энергетическая ценность, Ккал
			б	ж	у	
1 день , горячий завтрак						
1	Салат из кукурузы консервированной (№ 291)	25	1,1	0,2	5,6	29,00
2	Макароны отварные (№ 291)	150	5,66	0,68	29,04	147,9
3	Птица запеченная (№607)	100	19,30	16,00	0,06	221,44
4	Хлеб пшеничный (№8)	40	2,4	0,8	16,7	85,7
5	Сок фруктовый (№ 399)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
6	Соус томатный (№465)	30	0,32	1,12	2,08	20,07
7	Фрукт(№368)	50	0,2	0,2	4,9	22
Итого за день		595	29,98	19,2	78,58	618,11
2 день, горячий завтрак						
1	Зеленый горошек(консервированный) (№1001713)	25	0,63	0,04	2,80	15,00
2	Картофельное пюре(№694)	150	3,06	4,80	20,45	137,25
3	Рыба припущенная с овощами (№244)	80	6,12	0,81	2,54	42,00
4	Компот из смеси с/ф (№868)	200	0,04	-	24,76	94,20
5	Хлеб пшеничный (№8)	40	2,4	0,8	16,7	85,7
6	Фрукт(№368)	50	0,2	0,2	4,9	22
Итого за день		545	12,45	6,65	72,15	396,15
3 день, горячий завтрак						
1	Салат витаминный (№40)	60	0,9	2,7	26,3	52,9
2	Плов с мясом (№380)	150	15,83	12,33	22,24	263,18
3	Хлеб пшеничный (№8)	40	2,4	0,8	16,7	85,7
4	Сок фруктовый (№ 399)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
5	Фрукт (№368)	100	1,5	0,5	21	95
ИТОГО за день		550	21,63	16,53	106,44	588,78
4 день, горячий завтрак						
1	Салат из кукурузы консервированной (№ 291)	25	1,1	0,2	5,6	29,00
2	Макароны отварные (№ 291)	150	5,66	0,68	29,04	147,9