



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУООШ № 19 им.  
И.А.Кочуба ст. Александровской  
Дробышева С.И.

Дата: 16 сентября 2024

### МЕНЮ

7 день. Возраст: 7 - 11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,5	6,9	35,8	230,6	18,12
2	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	1,27
3	Бутерброд с маслом сливочным, 35/10	45	2,6	11,1	17,8	192,5	9,90
4	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	1,96
5	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8,50
	<b>Итого:</b>	<b>630</b>	<b>12,2</b>	<b>18,3</b>	<b>88,3</b>	<b>573,4</b>	<b>39,75</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Суп картофельный с клецками	200	3,6	4,0	29,3	156,3	10,91
2	Рыба, тушенная в томате с овощами 100/20	120	19,5	21	11,3	197,30	97,50
3	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189,0	18,05
4	Салат из квашеной капусты	60	0,8	2,3	3,8	38,6	8,70
5	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	2,28
6	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0,1	10,3	42,8	7,71
7	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	1,96
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>32,0</b>	<b>36,4</b>	<b>106,1</b>	<b>764,3</b>	<b>147,11</b>
<b>Полдник</b>							
1	Сок натуральный фруктово-ягодный	200	1,0	0,0	20,2	84,9	21,00
2	Вареники ленивые отварные с маслом сливочным, 92/8	97	9,9	8,4	18,4	231,9	36,62
	<b>Итого:</b>	<b>297</b>	<b>10,9</b>	<b>8,4</b>	<b>38,6</b>	<b>316,8</b>	<b>57,62</b>

Исполнитель: кух. рабочий / Загриценко С.А. /

