



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

Дата: ноябрь 2024

МЕНЮ

7 день. Возраст: 7 - 11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Каши 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
	Итого:	630	12,2	18,3	88,3	573,4	39,75
ОБЕД							
1	Суп картофельный с клецками	200	3,6	4,0	29,3	156,3	10,91
2	Рыба, тушеная 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
	Итого:	800	32,0	36,4	106,1	764,3	147,11
Полдник							
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
	Итого:	297	10,9	8,4	38,6	316,8	57,62

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

