


Утверждаю:
Директор МБОУ ООШ № 19
им. И.А. Кочубей ст.
Александровской
С. И. Дробышева

Дата: 13.09.18

2 день. Возраст: 7 - 11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Цена
			белки	жиры	углеводы			
ЗАВТРАК								
1	Пудинг из творога запеченный со сметаной 160/15	175	15,6	13,9	42,0	363,8	69,83	
2	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9	4,06	
3	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	1,40	
4	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,5	1,9	14,8	70,4	5,50	
5	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	22,50	
	Итого:	520	20,9	17,1	88,6	585,0	103,29	
ОБЕД								
1	Суп-лапша домашняя	200	2,2	4,6	11,1	96,0	8,61	
2	Котлеты рубленые из птицы с соусом 100/20	120	15,6	13,7	15,5	269,7	35,35	
3	150	4,5	7,1	22,4	170,8	10,17		
4	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,6	15,30	
5	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	1,40	
6	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	1,63	
7	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	21	
	Итого:	780	27,5	27,8	94,2	754,8	93,46	
Полдник								
1	Булочка сдобная	100	5,3	8,6	44,4	186,5	15,00	
2	Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %)	180	5,4	4,5	7,2	92,0	12,19	
3	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	22,50	
	Итого:	380	11,2	13,1	62,2	319,5	49,69	

Исполнитель:  Загриценко С.А.

