



УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ ООШ № 19  
 им. И.А. Кочубея ст.  
 Александровской  
 Дробышева С.И.

Дата: 27 февраля 2020

**МЕНЮ**

6 день Возраст: 7 – 11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,3	3,3	6,5	61,7	13,72
2	Плов из отины	250	19,6	17,9	41,5	385,0	33,32
3	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9	4,06
4	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	65,6	7,94
5	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	1,68
6	Хлеб ржаной	30	2,0	0,2	15,0	70,7	1,68
	<b>Итого:</b>	<b>630</b>	<b>28,2</b>	<b>25,0</b>	<b>95,8</b>	<b>690,4</b>	<b>62,35</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Суп с крупой и мясными фрикадельками	250	1,6	2,7	19,3	119,9	19,94
2	Шницель из мяса говядины	100	14,8	12,4	17,4	269,0	35,57
3	Рагу из овощей	180	3,3	10,6	22,8	201,0	17,25
4	Кисель из фруктов	200	0,2	0,0	13,0	52,9	11,99
5	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	1,95
6	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	1,96
	<b>Итого:</b>	<b>830</b>	<b>27,1</b>	<b>27,7</b>	<b>136,8</b>	<b>933,1</b>	<b>88,66</b>
<b>Полдник</b>							
1	Кофейный напиток с молоком	200	6,1	2,7	16,0	101,0	11,86
2	Омлет натуральный	100	6,2	12,9	2,2	193,1	28,20
3	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,0	18,8	0,56
	<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>13,0</b>	<b>15,7</b>	<b>23,2</b>	<b>312,9</b>	<b>40,62</b>

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

