



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

Дата: 24 января

Меню  
3 день. Возраст: 7 – 11 лет

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Цена
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	
1	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,9	5,7	22,3	167,8	13,34
2	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	9,81
3	Бутерброд с маслом и сыром, 35/10/15	60	6,0	11,9	17,7	202,3	23,40
4	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	1,40
5	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	22,50
	<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>19,2</b>	<b>21,3</b>	<b>80,7</b>	<b>588,6</b>	<b>70,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Суп картофельный с клецками	200	3,6	4,0	29,3	156,3	10,91
2	Тефтели из мяса говядины	90	14,3	15,8	11,8	231,3	29,40
3	Капуста тушеная	180	6,1	8,3	19,3	169,2	18,30
4	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	1,96
5	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	2,28
6	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	2,77
7	Чай с лимоном и сахаром 200/7/7	200	0,3	0,0	6,7	27,9	22,50
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>29,5</b>	<b>28,8</b>	<b>107,3</b>	<b>776,0</b>	<b>88,12</b>
<b>Полдник</b>							
1	Изделия макаронные отварные, запеченные с яйцом	200	10,9	11,5	40,8	286,0	19,43
2	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	1,27
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>11,1</b>	<b>11,5</b>	<b>47,3</b>	<b>312,8</b>	<b>20,70</b>

Исполнитель: \_\_\_\_\_ Загриценко С А

