

**Меню СОШ (7-11, 1 см)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Каша молочная рисовая</b> <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-33, Калорийность-279	<b>26-95</b>
180	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	<b>28-51</b>
190	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-75	<b>15-70</b>
26,39	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-5, Углеводы-13, Калорийность-61	<b>2-35</b>
<b>596,39</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-82, Калорийность-500	<b>73-51</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Икра морковная</b> <i>морковь в/к, лук в/к, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-9, Углеводы-8, Калорийность-88	<b>15-93</b>
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем.</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-119	<b>19-52</b>
90	<b>Наггетсы куриные с соусом</b> <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-7, Углеводы-9, Калорийность-136	<b>51-03</b>
180	<b>Макаронны отварные с маслом</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло подсолнечное, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-42, Калорийность-226	<b>10-85</b>
200	<b>Компот из сушеных фруктов (курага)</b> <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	<b>11-13</b>
31,54	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-74	<b>2-85</b>
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	<b>2-23</b>
<b>811,54</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-26, Жиры-27, Углеводы-115, Калорийность-810	<b>113-54</b>
<b>811,54</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-43, Жиры-42, Углеводы-197, Калорийность-1 310	<b>187-05</b>

МП

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720B96827D7860DE13FC4C85359B  
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна  
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024