

Директор

**МЕНЮ**  
**«09» сентября 2021г.**  
**ММС; Начальные классы**

| Наименование блюда<br>4 день 1 недели<br>четверг         | Возраст        | Выход | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------------------------------------------|----------------|-------|------------------|-------|-------|----------------------------|
|                                                          |                |       | Б                | Ж     | У     |                            |
| <b>ЗАВТРАК нач. классы</b>                               |                |       |                  |       |       |                            |
| Сыр порциями                                             | от 7 до 11 лет | 10    | 2,63             | 2,66  |       | 35                         |
| Фрикадельки в томатном соусе                             | от 7 до 11 лет | 60/40 | 9,25             | 9,84  | 7,96  | 157,63                     |
| Картофельное пюре                                        | от 7 до 11 лет | 160   | 3,5              | 5,42  | 23,6  | 157,53                     |
| Чай с лимоном и сахаром                                  | от 7 до 11 лет | 200   | 0,06             | 0,01  | 10,19 | 42,28                      |
| Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный(для детского питания) | от 7 до 11 лет | 40    | 3,2              | 0,4   | 22    | 104                        |
| Фрукт                                                    | от 7 до 11 лет | 200   | 1                | 0     | 7     | 35                         |
| <b>Итого за завтрак;</b>                                 | от 7 до 11 лет | 485   | 19,65            | 18,33 | 70,71 | 531,44                     |
| <b>57-43</b>                                             |                |       |                  |       |       |                            |

**ОВЗ; ММС**

| Наименование блюда<br>4 день 1 недели<br>четверг         | Возраст            | Выход  | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------------------------------------------|--------------------|--------|------------------|-------|--------|----------------------------|
|                                                          |                    |        | Б                | Ж     | У      |                            |
| <b>ЗАВТРАК ОВЗ; ММС</b>                                  |                    |        |                  |       |        |                            |
| Сыр порциями                                             | от 7 до 11 лет     | 10     | 2,63             | 2,66  |        | 35                         |
|                                                          | от 11 лет и старше | 15     | 4,5              | 4,5   |        | 54                         |
| Фрикадельки в томатном соусе                             | от 7 до 11 лет     | 80/40  | 11,3             | 9,3   | 8,2    | 162                        |
|                                                          | от 11 лет и старше | 200/5  | 5,5              | 7,7   | 27,7   | 205                        |
| Картофельное пюре                                        | от 7 до 11 лет     | 160    | 3,5              | 5,42  | 23,6   | 157,53                     |
|                                                          | от 11 лет и старше | 200    | 4,5              | 7,2   | 29,4   | 203                        |
| Чай с лимоном и сахаром                                  | от 7 до 11 лет     | 200    | 0,06             | 0,01  | 10,19  | 42,28                      |
|                                                          | от 11 лет и старше | 200    | 0,1              | 0     | 9,3    | 37                         |
| Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный(для детского питания) | от 7 до 11 лет     | 40     | 3,2              | 0,4   | 22     | 104                        |
|                                                          | от 11 лет и старше | 50     | 3,3              |       | 23,3   | 118,3                      |
| Фрукт                                                    | от 7 до 11 лет     | 100    | 0,4              | 0,4   | 9,8    | 47                         |
|                                                          | от 11 лет и старше | 200    | 1                | 0     | 7      | 34                         |
| <b>Итого за завтрак;</b>                                 | от 7 до 11 лет     |        | 16               | 20    | 99     | 644                        |
|                                                          | от 11 лет и старше |        | 23,1             | 21,0  | 65,6   | 550,7                      |
| <b>ОБЕД- ОВЗ</b>                                         |                    |        |                  |       |        |                            |
| Салат из капусты с морковью                              | от 7 до 11 лет     | 60     | 1,38             | 3,08  | 7,01   | 62,12                      |
|                                                          | от 11 лет и старше | 80     | 1                | 6     | 6      | 82                         |
| Свекольник со сметаной                                   | от 7 до 11 лет     | 200/10 | 2,25             | 4,93  | 14,74  | 112,75                     |
|                                                          | от 11 лет и старше | 250/5  | 2                | 5,1   | 13,7   | 108                        |
| Тефтели рыбные с томатном соусе                          | от 7 до 11 лет     | 60/40  | 7,86             | 6,26  | 8,12   | 120,8                      |
|                                                          | от 11 лет и старше | 80/40  | 12,7             | 8,5   | 12,2   | 177                        |
| Каша гречневая вязкая с маслом                           | от 7 до 11 лет     | 150/10 | 4,81             | 8,49  | 21,54  | 181,60                     |
|                                                          | от 11 лет и старше | 180/10 | 3                | 6     | 22     | 153                        |
| Витаминизированный кисель                                | от 7 до 11 лет     | 200    |                  |       | 23,5   | 95                         |
|                                                          | от 11 лет и старше | 200    | 0                |       | 16     | 67                         |
| Хлеб пшеничный обогащенный ( для детского питания)       | от 7 до 11 лет     | 40     | 3,2              | 0,4   | 18,4   | 88                         |
|                                                          | от 11 лет и старше | 50     | 5                |       | 24     | 109                        |
| <b>Итого за обед;</b>                                    | от 7 до 11 лет     | 45-00  | 27,55            | 24,25 | 97,82  | 706                        |
|                                                          | от 11 лет и старше |        | 23,7             | 25,6  | 93,9   | 96                         |
| <b>Итого за день;</b>                                    | от 7 до 11 лет     | 100-00 | 44,78            | 46,53 | 169,43 | 1206                       |
|                                                          | от 7 до 11 лет     |        | 59,2             | 58,5  | 126,7  | 117                        |

Шеф повар