

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ
«23» сентября 2021г.
ММС: Начальные классы

Наименование блюда 4 день 1 недели четверг	Возраст	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК нач. классы						
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
Итого за завтрак;	57-43	485	19,65	18,33	70,71	531,44

ОВЗ; ММС

Наименование блюда 4 день 1 недели четверг	Возраст	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК ОВЗ; ММС						
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
Итого за завтрак;	от 7 до 11 лет		16	20	99	644
	от 11 лет и старше		23,1	21,0	65,6	550,7
ОБЕД- ОВЗ						
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
Итого за обед;	от 7 до 11 лет		27,55	24,25	97,82	106
	от 11 лет и старше		23,7	25,6	93,9	596
Итого за день;	от 7 до 11 лет		44,78	46,53	169,43	566
	от 7 до 11 лет		59,2	58,5	126,7	93,7

Шеф повар