



И.Н. Ковалев

сентября 2024 г.

Согласовано  
Директор школы № \_\_\_\_\_



## МЕНЮ НА 19.9.2024г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
<b>Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)</b>									
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным (вариант 2)	150	3,30	1,77	4,42	0,38	19,11	128,41	14,93
726/1	Блины с клубникой (1/60)	60	7,76	0,04	4,14	1,80	41,94	232,74	21,84
2	Хлеб пшеничный	29,0	1,92	0,00	0,19	0,19	13,60	64,93	1,90
29/11	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	5,80
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	27,00
<b>Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)'</b>			<b>13,87</b>	<b>1,81</b>	<b>9,42</b>	<b>3,04</b>	<b>99,53</b>	<b>529,21</b>	<b>71,47</b>
Завтрак 78,30 Первый прием пищи ОВЗ									
3/3	Картофельное пюре	170	3,52	0,62	4,15	0,58	25,02	150,26	27,56
48/9	Голубцы ленивые с мясом говядины и рисом (вариант 1)	90	7,29	6,58	7,30	0,82	7,97	125,75	36,51
2	Хлеб пшеничный	27,4	1,81	0,00	0,18	0,18	12,85	61,35	1,79
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
<b>Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'</b>			<b>12,73</b>	<b>7,19</b>	<b>11,66</b>	<b>1,61</b>	<b>51,78</b>	<b>360,46</b>	<b>67,07</b>
Второй прием пищи ОВЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
<b>Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'</b>			<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>20,60</b>	<b>86,48</b>	<b>11,23</b>
<b>Завтрак с 12 и старше (92,60)</b>									
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	80	1,22	0,00	4,77	4,77	7,45	74,15	8,43
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,40	0,62	26,49	159,10	29,19
48/9	Голубцы ленивые с мясом говядины и рисом (вариант 1)	100	8,10	7,31	8,12	0,91	8,86	139,72	40,56
2	Хлеб пшеничный	51	3,37	0,00	0,34	0,34	23,92	114,19	3,33
37/10	Напиток из шиповника (вариант 4)	200	0,67	0,00	0,27	0,27	23,62	90,30	11,09
<b>Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'</b>			<b>17,10</b>	<b>7,96</b>	<b>17,90</b>	<b>6,91</b>	<b>90,34</b>	<b>577,47</b>	<b>92,60</b>
<b>Обед с 12 и старше (127,60)</b>									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	1,58	0,00	5,97	5,97	9,22	92,55	9,78
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,00	5,42	5,41	18,77	131,17	22,70
44/3	Каша рисовая с овощами	170	4,29	0,00	8,10	8,10	44,88	269,26	13,02
383/6	Рыба, запеченная в сметанном соусе с сыром (80/20)	100	17,06	16,67	12,86	4,08	2,36	193,70	77,68
2	Хлеб пшеничный	29,6	1,96	0,00	0,19	0,19	13,88	66,27	1,94
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,27
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
<b>Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'</b>			<b>28,76</b>	<b>16,67</b>	<b>32,80</b>	<b>24,02</b>	<b>103,39</b>	<b>814,73</b>	<b>127,60</b>