



МЕНЮ

Наименование и номер школы № _____
 Дата: 20.02.20
 Класс: 8СМНЗ
 Номер дня недели: 1
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть	цена
ЗАВТРАК							
1.	Творог из творога запаренный	160	13,20	13,92	21,20	241,88	68,50 Р
2.	Сухое молоко	30	4,50	7,50	23,76	63,54	13,50 Р
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	15,00 Р
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
5.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	26,50 Р
	Всего:	630	28,87	31,30	89,74	627,81	
							126,00 Р
ОБЕД							
1.	Овощи натуральные соленные (огурец соленный/огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	
2.	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03	12,00р
3.	Котлеты, рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	90	9,05	10,20	10,69	170,76	37,50р
4.	Каша вязкая пшеница	150	4,94	7,89	32,18	219,00	15,00р
5.	Банан свежий	120	1,80	1,80	25,20	115,20	20,00р
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	4,50 Р
7.	Сыр поринки	30	7,8	7,98	0	103,02	28,00 Р
8.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	930	29,86	33,48	123,99	911,60	
							137,50 Р
ПОЛДНИК							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	
2.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,3	
3.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96	
4.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	
	Всего:	460	21,71	29,56	60,67	587,26	50,00 Р

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

В. Земельский

