



Согласовано:
Директор ГБОУ



2024 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г		Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет
ЗАВТРАК										
Бутерброд с маслом	20/10		1,55		8,83		10,36		127,2	
Каша кукурузная жидкая с маслом сливочным	155	205	4,33	5,91	6,33	8,65	28,88	39,46	190,31	260,09
Какао с молоком	200		3,87		3,1		11,2		89,5	
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30		1,88		0,73		17,85		105,5	
Йогурт	125		3,5		3,13		5,64		70,64	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:										
	540	590								
ОБЕД										
Огурец свежий кусочком	60	100	0,48	0,80	0,06	0,10	1,50	2,50	8,40	14,00
Суп-лапша домашняя с птицей	200/20	250/20	7,63	9,53	5,78	7,22	11,54	14,42	128,59	160,73
Плов со свиной	240	280	31,00	36,17	31,27	36,48	41,63	48,57	571,82	667,31
Напиток апельсиновый	180		0,2		0,04		9,6		40,52	
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	60	3,75	4,50	1,45	1,74	25,70	30,84	131,00	157,20
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	60	3,31	3,97	0,43	0,51	21,12	25,34	101,97	122,36
ИТОГО ЗА ОБЕД:										
	800	950								
ПОЛДНИК										
Пудинг из творога с яблоками	120		17,18		13,55		18,43		270,61	
Сок фруктовый	200		1		0,2		20,2		86	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:										
	320									

Заведующий производством

С.В. Сумасо