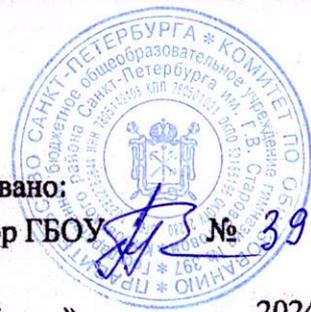




Согласовано:  
Директор ГБОУ № 397



**МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ**

« »

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
<b>ЗАВТРАК</b>										
Бутерброд с сыром	15/20		4,98		5,01		10,28		117	
Каша боярская	155	205	6,18	8,17	21,38	28,27	30,57	40,43	340,57	450,43
Чай с сахаром и лимоном	200/5		0,25		0,01		6,56		28,12	
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30		1,88		0,73		17,85		105,5	
Фрукты или ягоды свежие	150		1,2		0,3		11,25		57	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>	<b>575</b>	<b>625</b>								
<b>ОБЕД</b>										
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	100	0,86	1,43	5,05	8,42	6,02	10,03	68,89	114,82
Щи зеленые с говядиной, сметаной	200/10/5	250/10/5	5,04	6,21	8,13	10,02	10,45	12,88	137,57	169,56
Рагу из птицы	240	280	11,90	13,88	13,50	15,75	25,17	29,36	342,10	399,11
Напиток яблочный	180		0,09		0,09		11,2		47,09	
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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>	<b>795</b>	<b>945</b>								
<b>ПОЛДНИК</b>										
Булочка домашняя с сахаром	100		10,85		8,69		72,47		411,05	
Молоко питьевое	200		5,8		5		9,6		108	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:</b>	<b>300</b>									

Заведующий производством

*В.В. Сулейманов*