

АО "Артис-Детское питание"



Согласовано:

Директор ГБОУ

*Маврина Е. В.*

« »



№

2024 г

**МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ**

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 джемом	20/20		1,62		0,6		24,86		109,2		
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") с маслом сливочным	155	205	4,54	6,00	8,22	10,87	23,03	30,45	194,65	257,44	
Кофейный напиток	200		2,27		1,25		12,68		71,42		
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30		1,88		0,73		17,85		105,5		
Фрукты или ягоды свежие	150		0,44		0,44		10,78		51,7		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>	<b>575</b>	<b>625</b>									
<b>ОБЕД</b>											
Огурец соленый кусочком	60	100	0,48	0,80	0,06	0,10	1,02	1,70	7,80	13,00	
Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной, сметаной	200/10/5	250/10/5	4,24	5,22	6,42	7,91	7,94	9,78	109,15	134,53	
Рыба, запеченная в омлете	90	100	15,16	16,85	6,12	6,80	3,00	3,34	127,49	141,65	
Картофель, запеченный дольками	150	180	3,70	4,44	10,73	12,87	30,16	36,19	232,35	278,82	
Компот из смеси сухофруктов	180		0,41		0,09		26,81		110,43		
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>											
Горошек зеленый отварной	30		0,93		0,06		1,95		12		
Макароны с сыром	120		6,69		10,57		27,22		222,38		
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30		1,88		0,73		17,85		105,5		
Чай с сахаром	200		0,2		0		6,41		26,42		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:</b>	<b>380</b>										

Заведующий производством

*Иль Суряжского*