

АО "Артис-Детское питание"



Согласовано:

Директор ГБОУ

Матвеева

№

397

И.И.

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ (6 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	
ЗАВТРАК											
Бутерброд с сыром	15/20		4,98		5,01		10,28		117		
Каша манная молочная жидкая	155	205	4,60	6,08	6,26	8,27	22,92	30,31	166,08	219,65	
Чай с сахаром	200		0,2		0		6,41		26,42		
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30		1,88		0,73		17,85		105,5		
Фрукты или ягоды свежие	150		1,35		0,3		12,15		64,5		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	570	620									
ОБЕД											
Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	100	0,45	0,75	2,90	4,83	1,40	2,33	37,50	62,50	
Уха из рыбы со свежей зеленью	200/20/1	250/20/1	6,06	7,43	2,60	3,19	15,97	19,58	111,78	137,07	
Гуляш из говядины	100		11,81		33,33		3,64		317,99		
Макаронные изделия отварные с овощами	150	180	5,52	6,62	8,60	10,32	33,03	39,63	233,19	279,82	
Компот из яблок сушеных	180		0,29		0,13		10,02		43,56		
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:	811	951									
ПОЛДНИК											
Сдоба обыкновенная	100		8,54		6,48		58,77		327,15		
Молоко питьевое	200		5,8		5		9,6		108		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	300										

Заведующий производством

И.И. Сукасов