

АО "Артис-Детское питание"



Согласовано:

Директор ГБОУ

Матвеев

№ 397

« »

2024 г

МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ (9 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
ЗАВТРАК										
Бутерброд с сыром	15/20		4,98		5,01		10,28		117	
Каша пшеничная с тыквой	155	205	1,34	1,77	5,08	6,71	8,04	10,63	83,93	111,02
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		0,6		0,45		15,45		70,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	575	625								
ОБЕД										
Салат из сыра, яблок и огурцов	60	100	5,54	9,23	9,86	16,43	2,02	3,36	120,59	200,98
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	250/10/5	4,33	5,33	6,44	7,93	6,13	7,55	102,69	126,57
Жаркое по-домашнему со свиной	240	280	16,40	19,13	15,40	17,96	28,81	33,61	290,60	339,03
Компот из изюма	180		0,41		0,09		17,83		74,52	
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:	795	945								
ПОЛДНИК										
Омлет натуральный	120		12,03		20,86		2,24		245	
Огурец свежий кусочком	30		0,24		0,03		0,75		4,2	
Сок фруктовый	200		1		0,2		20,2		86	
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30		1,88		0,73		17,85		105,5	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	380									

Заведующий производством

Суданова