

Согласовано



Утверждаю



МЕНЮ
7 июня 2024 г.
"Кривозерьевская СОШ"
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	265	7,7	12,6	25,7	332
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ джем из черной смородины, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	60	3,2	0,3	33,3	146
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,4	1,9	7,8	111
кондитерские изделия печенье сахарное мука высш.сорт	25	1,8	2,3	16,9	194
Итого		15,1	17,1	83,7	783
Обед					
огурцы порционно огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,8	9
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль, йодированная, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	2,3	4,5	10,2	68
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ соль йодированная, говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт	90	12,8	12,1	8,7	194
СОУС ТОМАТНЫЙ вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, соль, масло подсолнечное рафинированное	50	0,6	1,5	2,9	26
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль, йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	160	5,2	6,8	22,2	259
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,7		5,9	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,7	0,4	17	82
СОК ФРУКТОВЫЙ сок яблочный	200	1	0,2	20,2	192
Итого		28,8	25,8	107,2	972
Всего		43,9	42,9	190,9	1755

Повар