

Согласовано

Утверждаю



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

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" соль, йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, сахар песок	210	7,1	15,6	32,8	274
БЛИНЫ С ПОВИДЛОМ масло подсолнечное рафинированное, соль, йодированная, молоко пастер. 2.5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, повидло яблочное, яйца куриные (шт.), сахар песок	140	6,2	5,3	43,4	261
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности	200	2,3	1,7	9,3	106
Итого		15,6	22,6	85,5	592
Обед					
САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ" яблоки, соль, йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	1,7	5,1	7,1	76
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, соль, йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	4,1	2,3	16,1	121
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ филе минтая, соль, йодированная, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное	100	13,1	6,6	4,3	147
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая длинный, соль, йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	150		5,4	0,1	189
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД аскорбиновая кислота, лимон, сахар песок	200	0,1		6	78
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		25,6	20,2	89,1	970
Всего		41,2	42,8	174,6	1610

Повар