

Согласовано

Директор школы: Гуртимо  
Ответственный за питание: Востриков

# МЕНЮ

20 мая 2025 г

7-11 лет

| Наименование блюда                                                                                                                                                       | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                                                                          |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                                                                                                                  |       |                   |         |             |                               |
| ГРУДКА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ<br>мясо птицы, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, морковь красная, томатная паста                    | 100   | 0,6               | 4,8     | 3,3         | 127                           |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная. Макароны изделия в/с, масло сладко-сливочное несоленое                              | 150   | 5,3               | 5,1     | 31,9        | 190                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт                                                                                                                      | 50    | 3,6               | 0,3     | 22,8        | 107                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ<br>чай черный байховый, сахар песок                                                                                                                        | 200   | 0,2               |         | 14          | 56                            |
| Итого                                                                                                                                                                    |       | 9,7               | 10,2    | 72          | 480                           |
| Цена                                                                                                                                                                     |       |                   |         |             | 77-16                         |
| Обед                                                                                                                                                                     |       |                   |         |             |                               |
| ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ<br>огурцы грунтовые                                                                                                                                    | 60    | 0,4               | 0,1     | 1,3         | 7                             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ<br>соль йодированная, томатная паста, картофель, крупа рисовая, морковь красная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное | 200   | 1,7               | 2,2     | 12,7        | 112                           |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ<br>соль йодированная, филе минтая, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное                    | 100   | 13                | 6,6     | 3,7         | 120                           |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое                                                        | 150   | 2,6               | 4,9     | 16,1        | 206                           |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ<br>апельсин, вода питьевая, сахар песок                                                                                                             | 200   | 0,2               |         | 19,8        | 114                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт                                                                                                                      | 40    | 2,9               | 0,2     | 18,3        | 85                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>хлеб ржаной формовой                                                                                                                                      | 30    | 2                 | 0,3     | 12,7        | 61                            |
| Итого                                                                                                                                                                    |       | 22,8              | 14,3    | 84,6        | 705                           |
| Всего                                                                                                                                                                    |       | 32,5              | 24,5    | 156,6       | 1185                          |
| Цена                                                                                                                                                                     |       |                   |         |             | 93-94                         |

Повар