

Меню на 30.05.2023 год

Утверждено директор



Кудрявцева С.В

Меню на 30 мая 2023г

| Прием пищи наименование блюда | 6-10 лет | | | | | 11-18 лет | | | | |
|-------------------------------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|
| | Масса порции г. | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Масса порции г. | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
| | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| Овощи по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,6 | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 16 |
| Макароны, запеченные с яйцом | 200 | 9,19 | 16,6 | 29,6 | 304,0 | 230 | 10,58 | 19,09 | 34,04 | 349,6 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 25 | 1,4 | 0,3 | 12,35 | 47,5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,46 | 69,89 | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,28 | 93,18 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 | 200 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 |
| Итого за завтрак | | 21,52 | 28,57 | 79,01 | 667,23 | | 22,91 | 28,03 | 91,19 | 716,08 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 60 | 0,6 | 2,35 | 3,89 | 39 | 100 | 0,6 | 2,35 | 3,89 | 39 |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,34 | 3,89 | 13,61 | 98,79 | 300 | 2,81 | 4,67 | 16,33 | 118,54 |
| Рыба тушёная в томате с овощами | 120 | 15,68 | 9,19 | 8,67 | 161,45 | 150 | 14,52 | 8,03 | 7,51 | 160 |
| Каша пшеничная | 150 | 9,27 | 5,32 | 36,87 | 231,78 | 180 | 11,12 | 6,38 | 44,24 | 278,14 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,56 | 0,00 | 27,89 | 113,79 | 200 | 0,56 | 0 | 27,89 | 113,79 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 21,69 | 104,84 | 60 | 4,56 | 0,48 | 28,92 | 139,79 |
| Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,0 | 112,24 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 112,24 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1,4 | 0,3 | 12,35 | 47,5 | 35 | 1,96 | 0,42 | 17,29 | 66,5 |
| Итого за обед | | 33,27 | 21,41 | 124,97 | 797,15 | | 36,13 | 22,33 | 146,1 | 915,76 |
| Итого за день | | 52,15 | 43,56 | 203,36 | 1392,5 | | 59,04 | 50,36 | 237,3 | 1631,84 |

Шеф повар

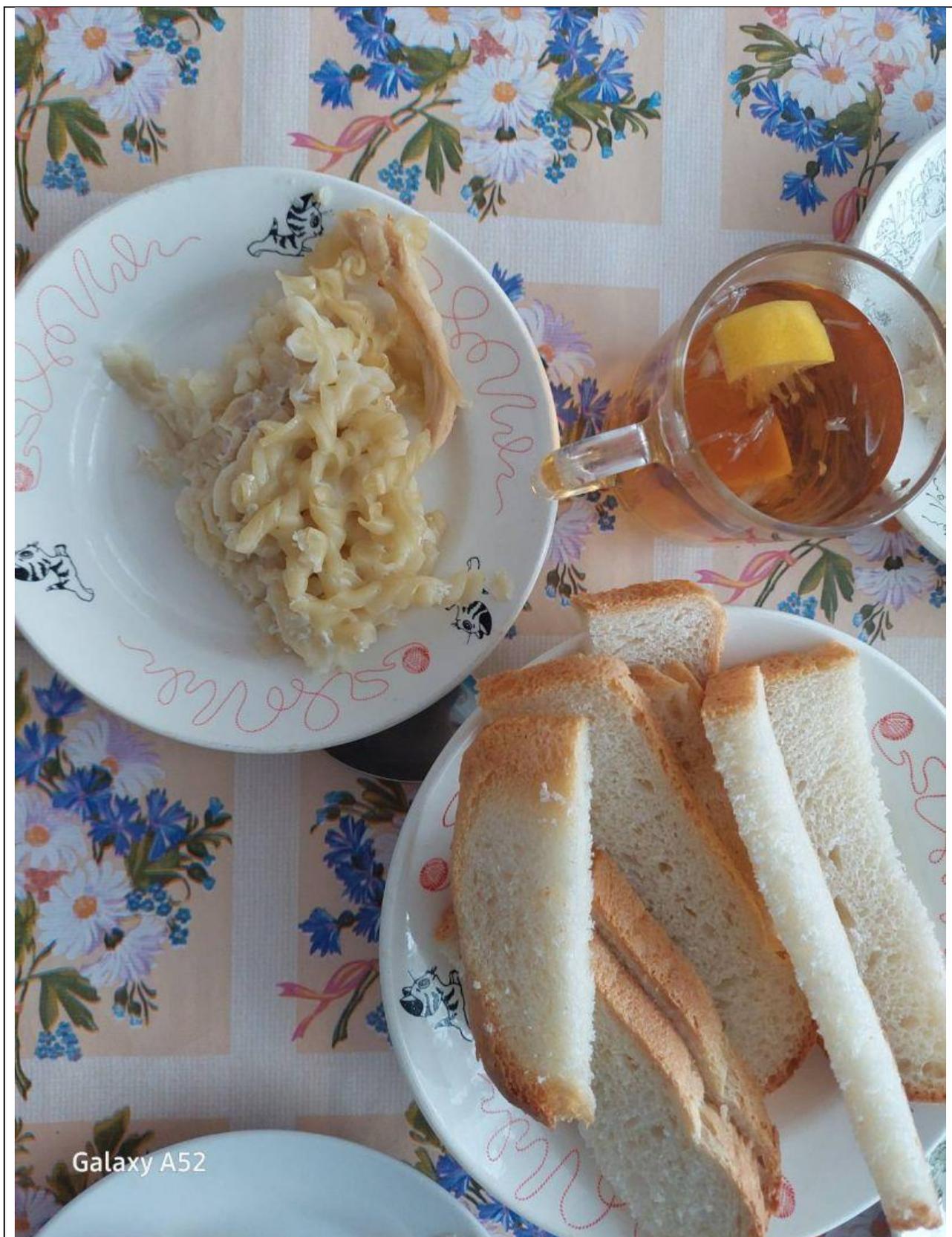


Малышева О.В.

Galaxy A52



Galaxy A52



Galaxy A52