

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ № 13  
 Румянцева Е.Ю.

МЕНЮ  
 На \_\_\_\_\_  
 Дети 7-10 лет



№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	
			Б	Ж	У		
1	2	3	5	6	7	8	
	Завтрак						
22К	Горошек зеленый	40	1,24	0,08	2,6	16	
231К	Омлет с сыром запеченный	150	18,01	16,41	2,57	240,01	
	Хлеб пшеничный	45	3,38	1,31	23,13	117,77	
377М	Чай с лимоном	187	0,05	0,01	8,17	33,97	
	Апельсины свежие	150	1,35	0,3	12,15	64,5	
	<b>Всего в</b>	<b>Завтрак</b>	<b>572</b>	<b>24,03</b>	<b>18,11</b>	<b>48,62</b>	<b>472,25</b>
	Обед						
47М	Салат из квашеной капусты	60	0,77	3,1	6,9	59,42	
98М	Суп крестьянский с крупой	200	3,29	4,72	8,83	91,51	
291М	Плов из птицы	280	34,04	16,49	52,83	498,22	
342М	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103	
	Хлеб ржано-пшеничный	45	2,64	0,48	15,86	79,2	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	
	<b>Всего в</b>	<b>день</b>	<b>795</b>	<b>43,25</b>	<b>25,23</b>	<b>124</b>	<b>901,85</b>
	<b>Итого</b>			<b>67,28</b>	<b>43,34</b>	<b>172,62</b>	<b>1374,1</b>

Зав производством

*Савенкова Н.В.*

Савенкова Н.В.