

Абалуев А.С.



СОГЛАСОВАНО:
Директор школы № 423
С.А. Рыкина



" 11 " октября 2022г.

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
	Всего	Всего	Всего	Всего	
	г	г	г	г	
2 день					
Завтрак					
Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	24,80	17,10	24,30	350,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80
Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:	520	30,60	25,10	64,90	610,80
Обед					
Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	24,10
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной, зеленью петрушки	200/20/10/1	7,45	10,11	65,84	112,39
Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	100	10,40	13,20	9,70	202,80
Рис отварной	150	3,69	6,27	32,67	202,19
Напиток из замороженных ягод черной смородины	200	0,10	0,10	24,90	103,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
Итого за прием пищи:	331	29,34	33,68	162,91	815,58
Всего за день:		59,94	58,78	227,81	1426,38

Зав. производством:

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "Социальное питание"

Абалуев А.С.



СОГЛАСОВАНО:

Директор школы № 423

С.А. Рыкина



МЕНЮ

" 11 " октября 2022г.
12-18 лет

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
	Всего	Всего	Всего	Всего	
	г	г	г	г	
2 день					
Завтрак					
Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00
Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20	32,09	22,13	31,45	452,94
Кофейный напиток с молоком	200	3,80	3,50	11,10	90,80
Мандарин свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:	560	37,89	30,13	72,05	713,74
Обед					
Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	24,10
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной, зеленью петрушки	250/20/10/1	9,06	12,30	80,09	136,72
Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	120	12,48	15,84	11,64	243,36
Рис отварной	200	4,92	8,36	39,20	269,59
Напиток из замороженных ягод черной смородины	200	0,10	0,10	24,90	103,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
Итого за прием пищи:	1051,00	34,26	40,60	185,64	947,86
Всего за день:		72,16	70,73	257,68	1661,60

Зав. производством: