



МЕНЮ
" 21 " октября 2022г.

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
	Всего	Всего	Всего	Всего	
	г	г	г	г	
11 день					
Завтрак					
Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00
Макароны, запеченные с яйцом с маслом сливочным	150/5	5,20	12,20	29,10	247,20
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57
Яблоко печеное	100	0,46	0,46	39,12	164,78
Итого за прием пищи:	505	6,95	16,97	99,66	582,55
Обед					
Салат из квашеной капусты с луком зеленым	100	1,60	5,11	7,72	83,17
Свекольник с говядиной и сметаной	200/20/10	8,00	10,50	14,50	188,80
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью) с соусом сметанным	250 (200/50)	15,75	24,60	28,70	416,30
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	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
Итого за прием пищи:	875	29,15	41,21	95,72	891,77
Всего за день:		36,10	58,18	195,38	1474,32

Зав. производством:

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "Социальное питание"
Абалуев А.С.



СОГЛАСОВАНО:
Директор школы № 423
С.А. Рыкина



МЕНЮ
"21" октября 2022г.
12-18 лет

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
	Всего	Всего	Всего	Всего	
	г	г	г	г	
11 день					
Завтрак					
Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00
Макароны, запеченные с яйцом с маслом сливочным	230/5	6,88	16,14	38,49	374,78
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57
Яблоко печеное	100	0,46	0,46	39,12	164,78
Итого за прием пищи:	555	8,63	20,91	109,05	710,13
Обед					
Салат из квашеной капусты с луком зеленым	100	1,60	5,11	7,72	83,17
Свекольник с говядиной и сметаной	250/20/10	9,74	12,78	17,65	229,84
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью) с соусом сметанным	280 (230/50)	17,64	27,55	32,14	466,26
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	16,20	82,20
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
Итого за прием пищи:	905,00	32,78	46,44	94,11	961,97
Всего за день:		41,41	67,35	203,16	1672,10

Зав. производством: