



Меню КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД СТАРШИЕ КЛАССЫ

Неделя 1 день: 4

" _____ 2023

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Обед					
САЛАТ "ОВОЩНОЙ" (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10/5	1,98	3,46	3,11	51,35
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	100	22,4	6,8	20,4	232,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	6,5	5,57	37,05	225,29
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара) (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая)	200	0,22	0,22	5,22	23,78
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
СОЧНИ (ПЕКАРНЯ)	50	2,11	5,11	19,11	130
Итого за Обед	1 085	40,08	28,47	135,51	960,77
Итого за день	1 085	40,08	28,47	135,51	960,77

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка