

УЗУЛУКСКИЙ ФИЛИАЛ
 ООО КОМБИНАТ
 ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ
 «ПОДРОСТОК»
 12 июля 2023г.
 Среда (8 день)

Меню

Согласовано
 Заведующий образовательным учреждением

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет				
	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергети	Масса	Белки	Жиры	Углев.	энергетичес
Завтрак										
Хлеб белый	20	1,38	3,89	7,38	69,58	20	1,38	3,89	7,38	69,58
Сыр порциями	5	1,15	1,47	0	18,2	5	1,15	1,47	0	18,2
Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,59	23,14	161,4	150	4,65	5,59	23,14	161,4
Какао с молоком (1-й вариант)	150	2,7	2,47	18,75	108	150	2,7	2,47	18,75	108
Итого за завтрак:	325	9,88	13,42	49,27	357,18	325	9,88	13,42	49,27	357,18
Завтрак 2										
Сок фруктовый	100	0,05	0,1	0,1	46	100	0,05	0,1	0,1	46
Обед										
Салат «Здоровье»	30	0,42	4,5	1,89	49,83	30	0,42	4,5	1,89	49,83
Щи из свежей с капусты с картофелем	180	1,26	3,58	5,59	57,96	180	1,26	3,58	5,59	57,96
Плов из отварной говядины	150	11,34	11,6	29,52	264	150	11,34	11,6	29,52	264
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,7	0,15	17,32	72	150	0,37	0,15	17,32	72
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	50	3,8	0,4	24,6	117,5
Итого за обед:	560	17,52	20,23	78,92	561,29	560	17,19	20,23	78,92	561,29
Полдник										
Картофель тушеный в соусе	100	2,12	5,91	15,51	124	100	2,12	5,91	15,51	124
Чай с сахаром ,вареньем, медом (сахаром) (2-й вариант)	150	0,085	0	12,75	51	150	0,085	0	12,75	51
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	54,3	30	1,98	0,36	10,2	54,3
Итого за полдник:	280	4,185	6,27	38,46	229,3	280	4,19	6,27	38,46	229,3
Ужин										
Ряженка	150	4,35	3,75	6	75	150	4,35	3,75	6	75
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,32	31,9	155	50	4,25	2,32	31,9	155
Итого за ужин:	200	8,6	6,07	37,9	230	200	8,6	6,07	37,9	230
Зав.производством : Засухина Т.В.										
Калькулятор: Лапшина О.Ф.										



ЗАСУХИНА Т.В.
 ЛАПШИНА О.Ф.