

27.11.2023

МЕНЮ (7-11 лет)

«Утверждаю»

И. о. директора МБОУ СОШ с.Устиновка

И.С.Лисняк



5 день

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевая и энергетическая ценность			
		Б	Ж	У	Эн/цен.(к/к)
ЗАВТРАК					
Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,5	0,1	1,0	7,8
Птица, тушенная с овощами	240	18,9	20,8	29,0	376,8
Соки овощные, фруктовые и ягодные (персиковый)	200	0,6	0	32,0	131,9
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,6	12,4	64,0
Молоко свежее	200	6,1	5,3	10,1	113,0
Итого за завтрак:	730	28,3	26,8	84,5	693,5

28.11.2023

**МЕНЮ
(7-11 лет)**



«Утверждаю»

И. С. директор МБОУ СОШ с.Устиновка

И.С.Лисняк

6 день

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевая и энергетическая ценность			
		Б	Ж	У	Эн/цен.(к/к)
ЗАВТРАК					
Салат из моркови	60	0,7	0,1	6,8	31,4
Котлета по-домашнему	90	11,8	12,2	4,5	229,3
Соус томатный	30	0,3	1,5	2,1	23,1
Рис припущенный	150	3,6	4,7	37,7	207,7
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,0	111,1
Хлеб ржано-пшеничный Кавалерово	30	2,2	0,6	12,4	64,0
Молоко свежее	200	6,1	5,3	10,1	113,0
Итого за завтрак:	760	24,9	24,6	100,6	779,6

30.11.2023

**МЕНЮ
(7-11 лет)**

«Утверждаю»
И.о. директора МБОУ СОШ с.Устиновка
И.С.Лисняк



8 день

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевая и энергетическая ценность			
		Б	Ж	У	Эн/цен.(к/к)
ЗАВТРАК					
Салат из свежих огурцов	60	0,4	6,0	1,4	61,6
Печень, тушенная в соусе	90	10,8	6,5	3,0	136,3
Макаронные изделия отварные	150	5,2	4,2	33,0	190,7
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	32,0	131,9
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,6	12,4	64,0
Молоко свежее	200	6,1	5,3	10,1	113,0
Итого за завтрак:	730	25,3	22,6	91,9	697,5

29.11.2023

**МЕНЮ
(7-11 лет)**

«Утверждаю»
И.о. директора МБОУ СОШ с.Устиновка
И.С.Лисняк

7 день

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевая и энергетическая ценность			
		Б	Ж	У	Эн/цен.(к/к)
ЗАВТРАК					
Салат витаминный	60	2,5	4,8	6,6	118,2
Жаркое по-домашнему	240	15,3	15,9	37,4	299,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,9
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,6	12,8	66,0
Молоко свежее	200	6,1	5,3	10,1	113,0
Итого за завтрак:	730	26,4	26,7	83,1	661,9