

"Согласовано"

Директор МОУ СПШ

ООО "Агрофирма-Ярославль"



## Меню

7-11 лет

1 неделя

3 дня

| Раздел меню      | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |                                      |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак          |                                      |           |                  |       |          |                         |
|                  | Пудинг из творога с джемом<br>150/50 | 200       | 24,51            | 9,29  | 62,68    | 431,77                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара      | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                   |
|                  | Батон йодированный                   | 55        | 4,13             | 1,6   | 28,27    | 144,1                   |
|                  | Кондитерское изделие                 | 45        | 2,66             | 2,12  | 33,75    | 164,7                   |
| Итого за Завтрак |                                      | 500       | 31,5             | 13,06 | 134,72   | 781,88                  |
| Обед             |                                      |           |                  |       |          |                         |
|                  | Борщ со свежей капустой, картофелем  | 200       | 1,67             | 4,16  | 10,82    | 87,95                   |
|                  | Печень тушеная                       | 100       | 14,32            | 9,28  | 10,27    | 195,6                   |
|                  | Рис отварной .                       | 150       | 4,24             | 3,97  | 44,46    | 230,54                  |
|                  | Чай с сахаром                        | 200       | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                   |
|                  | Хлеб ржаной                          | 50        | 3,25             | 0,5   | 21       | 100                     |
| Итого за Обед    |                                      | 700       | 23,68            | 17,96 | 101,56   | 675,35                  |
| Полдник          |                                      |           |                  |       |          |                         |
|                  | Выпечное изделие                     | 50        | 5,64             | 6,89  | 19,58    | 162,72                  |
|                  | Сок                                  | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                  | Яблоко                               | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47                      |
| Итого за Полдник |                                      | 350       | 7,04             | 7,49  | 49,58    | 301,72                  |
| Итого за день    |                                      | 1 550     | 62,22            | 38,51 | 285,86   | 1 758,95                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
  


Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

Негуляева В.С.