

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



## Меню

12-18 лет

1 неделя

| Раздел меню      | Наименование блюда          | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|-----------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак          |                             |           |                  |       |          |                         |
|                  | Тефтели с соусом            | 120       | 10,12            | 23,68 | 17,4     | 323,6                   |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая  | 180       | 9,12             | 6,29  | 41,18    | 257,45                  |
|                  | Чай с сахаром               | 200       | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                   |
|                  | Батон йодированный          | 50        | 3,75             | 1,45  | 25,7     | 131                     |
| Итого за Завтрак |                             | 550       | 23,19            | 31,47 | 99,29    | 773,31                  |
| Обед             |                             |           |                  |       |          |                         |
|                  | Суп картофельный с горохом. | 280       | 7,86             | 4,9   | 24,29    | 173,11                  |
|                  | Плов со свининой            | 250       | 16,42            | 32,47 | 59,52    | 596,6                   |
|                  | Чай с сахаром               | 200       | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                   |
|                  | Хлеб ржаной                 | 40        | 2,6              | 0,4   | 16,8     | 80                      |
|                  | Батон йодированный          | 30        | 2,25             | 0,87  | 15,42    | 78,6                    |
| Итого за Обед    |                             | 800       | 29,33            | 38,69 | 131,04   | 989,57                  |
| Полдник          |                             |           |                  |       |          |                         |
|                  | Выпечное изделие            | 60        | 6,77             | 8,26  | 23,5     | 195,26                  |
|                  | Сок в инд.упаковке          | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                  | Яблоко                      | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
| Итого за Полдник |                             | 380       | 8,25             | 8,94  | 55,46    | 343,66                  |
| Итого за день    |                             | 1 770     | 61,33            | 56,44 | 280,23   | 1 888,7                 |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.