

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №14"  
В.Н. Варенова



## МЕНЮ

День 1 на "15" *Апреля* 2024г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ б, КАЛЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
<b>Завтрак</b>											<b>81,00</b>	<b>81,00</b>
Каша "Дружба"	200	250	7,77	9,72	7,85	9,82	43,88	54,85	273,9	342,35	17,35	17,35
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,5	87,52	16,22	16,22
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,2	157,20	5,54	5,54
Сыр (порциями)	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0,00	0,00	36,4	36,40	12,22	12,22
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,8	166,80	16,4	16,4
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>510,00</b>	<b>560,00</b>	<b>21,56</b>	<b>23,51</b>	<b>20,26</b>	<b>22,23</b>	<b>113,58</b>	<b>124,55</b>	<b>721,80</b>	<b>790,27</b>		
<b>Обед</b>											<b>87,00</b>	<b>101,00</b>
Салат витаминный с растительным маслом / Салат из квашеной капусты	60	100	0,63	1,05	2,49	4,15	6,22	10,37	50,58	84,30	6,27	10,46
Суп куриный с вермишелью	200	250	6,14	7,67	5,58	6,97	10,85	13,57	109,42	136,78	13,51	15,93
Рагу из мяса птицы (курица)	240	280	26,72	31,17	24,64	28,75	30,05	35,06	435,05	507,55	50,81	56,02
Компот из плодов сушеных	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72	3,13	3,13
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80	1,85	1,85
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80	2,59	2,59
<b>Итого за обед:</b>	<b>780,00</b>	<b>910,00</b>	<b>39,21</b>	<b>45,62</b>	<b>34,35</b>	<b>41,51</b>	<b>102,27</b>	<b>114,14</b>	<b>853,37</b>	<b>986,95</b>		
<b>Полдник</b>											<b>53,00</b>	
Салат из моркови с изюмом	100		1,25		0,13		2,22		95,30		13,43	
Чай	200		0,00		0,00		5,99		23,98		4	
Хлеб из муки пшеничной	20		1,50		0,58		10,28		52,34		1,85	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>320</b>		<b>2,75</b>		<b>0,71</b>		<b>18,49</b>		<b>171,62</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>63,5</b>	<b>69,1</b>	<b>55,3</b>	<b>63,7</b>	<b>234,4</b>	<b>238,7</b>	<b>1746,8</b>	<b>1777,2</b>		

Ответственный за питание



Повар

*Сергей*