

Утверждаю

Директор филиала

МБОУ "Солнечная СОШ №1" "Сытоминская СШ"

/Кривоногов Владимир Викторович/

МЕНЮ

22 февраля 2021 г.

7-11 лет



| Наименование блюда                                                                                                                                                                                             | Выход    | Цена, руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                |          |            | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                                                                                                                                                                        |          |            |                   |         |             |                               |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ<br><small>овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small> | 200      | 8,76       | 6,6               | 9,7     | 24,3        | 210                           |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ<br><small>яйца куриные (шт.)</small>                                                                                                                                                             | 40       | 5,56       | 5,1               | 4,6     | 0,3         | 63                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ<br><small>чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон</small>                                                                                                               | 185/15/7 | 2,21       | 0,3               | 0,1     | 15,2        | 62                            |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)<br><small>сыр российский</small>                                                                                                                                                                | 9        | 4,41       | 2,1               | 2,7     |             | 33                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br><small>масло сладко-сливочное несоленое</small>                                                                                                                                            | 15       | 7,02       | 0,1               | 12,4    | 0,1         | 112                           |
| ЙОГУРТ<br><small>йогурт 2,5% жирности</small>                                                                                                                                                                  | 200      | 13,18      | 5,6               | 5       | 9           | 113                           |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ<br><small>яблоки</small>                                                                                                                                                                         | 200      | 19,86      | 0,8               | 0,8     | 19,7        | 89                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br><small>хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт</small>                                                                                                                                          | 32       | 2,82       | 2,4               | 0,2     | 15,9        | 75                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ<br><small>хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами</small>                                                                                                                                      | 40       | 3,20       | 2,6               | 0,4     | 17          | 82                            |
| Итого                                                                                                                                                                                                          | 936      | 67,00      | 25,6              | 35,9    | 101,5       | 839                           |
| Всего                                                                                                                                                                                                          | 936      | 67,00      | 25,6              | 35,9    | 101,5       | 839                           |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Тырикова Ольга Сергеевна

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Конева Наталья Александровна