

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Л. Жваков



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ № 31

имени Г.В. Ластовицкого

Л.Ш. Шалагина

г.Новороссийск



МЕНЮ

ДЕНЬ № 6 11.09.23

Период: осень; Возрастная категория 12-18 лет.

10-ти дневное меню

приём пищи	Наименование блюда	Стоимость блюда, руб.	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				белки	жиры	углеводы	
				Б	Ж	У	
ЗАВТРАК							
неделя 2 -я День 6 -й	Помидор свежий в нарезке	4,84	60	0,7	0,1	2,3	12,80
	Омлет с птицей / овощи припущенные (морковь)	57,55	180	10,28	12,37	19,83	231,70
				0,61	1,04	5,49	32,23
	Кофейный напиток с молоком	22,04	200	6,50	5,10	12,96	123,73
	Хлеб пшеничный	4,00	50	2,63	0,35	20,4	95,27
	Хлеб ржаной	2,40	30	1,70	0,36	12,56	60,26
Плоды свежие (бананы)	28,53	110	1,98	4,33	18,91	122,53	
итого за завтрак		119,36	630	24,39	23,64	92,45	678,51
ОБЕД							
неделя 2 -я День 6 -й	огурец свежий в нарезке	8,00	60	0,5	0,1	1,5	8,50
	Рассольник ленинградский	11,02	250	2,01	5,09	31,10	178,22
	Рагу из овощей	10,97	180	8,14	14,61	30,57	286,29
	Котлета мясная	53,80	100	14,25	11,66	14,80	221,16
	Напиток (из груша дичка)	11,06	200	1	0	15,81	67,24
	Хлеб пшеничный	4,80	60	3,16	0,42	24,48	114,34
	Хлеб ржаной	3,20	40	2,26	0,48	16,74	80,32
итого за обед		102,85	890	31,32	32,36	134,99	956,08
ПОЛДНИК							
неделя 2 -я День 6 -й	Кофейный напиток с молоком	22,04	200	5,84	4,68	11,74	102,10
	Макароны запечённые с яйцом	24,51	180	4,75	5,16	24,90	165,02
итого за полдник		46,55	380	10,59	9,842	36,64	267,12

Зав.производством

/М.В. Давидян/





