

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Л. Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ № 31

имени Г.В. Ластовицкого

Л.Ш. Шалагина

г.Новороссийск

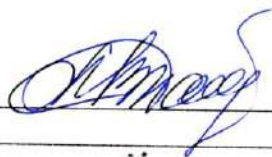
# МЕНЮ

ДЕНЬ № 10 15.09.23

Период: осень; Возрастная категория 7-11 лет.

| приём пищи                    | Наименование блюда                 | Цена за блюдо | Вес блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность |
|-------------------------------|------------------------------------|---------------|------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                               |                                    |               |            | белки                | жиры         | углеводы      |                         |
|                               |                                    |               |            | Б                    | Ж            | У             |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>                |                                    |               |            |                      |              |               |                         |
| неделя<br>2-я<br>День<br>10-й | огурец свежий в нарезке            | 8,00          | 70         | 0,58                 | 0,12         | 1,75          | 9,92                    |
|                               | Жаркое по - домашнему              | 63,20         | 180        | 15,98                | 19,66        | 40,65         | 403,40                  |
|                               | чай с лимоном                      | 4,70          | 200        | 0,17                 | 0,00         | 9,34          | 38,03                   |
|                               | Хлеб пшеничный                     | 3,20          | 40         | 2,107                | 0,28         | 16,32         | 76,23                   |
|                               | Хлеб ржаной                        | 2,40          | 30         | 1,70                 | 0,36         | 12,56         | 60,26                   |
| <b>итого за завтрак</b>       |                                    | <b>81,50</b>  | <b>520</b> | <b>20,54</b>         | <b>20,41</b> | <b>80,61</b>  | <b>587,84</b>           |
| <b>ОБЕД</b>                   |                                    |               |            |                      |              |               |                         |
| неделя<br>2-я<br>День<br>10-й | Помидор свежий в нарезке           | 4,84          | 60         | 0,7                  | 0,1          | 2,3           | 12,80                   |
|                               | Щи из свежей. капусты с картофелем | 11,45         | 200        | 4,6                  | 5,4          | 3,60          | 81,40                   |
|                               | Биточек рыбный (минтай)            | 38,83         | 100        | 10,1                 | 13,2         | 15,12         | 195,68                  |
|                               | каша вязкая (пшённая)              | 9,52          | 150        | 1,67                 | 2,40         | 32,20         | 154,22                  |
|                               | Кофейный напиток с молоком         | 22,04         | 200        | 6,44                 | 5,11         | 23,30         | 205,20                  |
|                               | Хлеб пшеничный                     | 2,55          | 32         | 1,69                 | 0,22         | 13,06         | 60,98                   |
|                               | Хлеб ржаной                        | 2,40          | 30         | 1,70                 | 0,36         | 12,56         | 60,26                   |
|                               | Фрукты свежие (яблоко)             | 11,47         | 110        | 0,44                 | 0,44         | 10,78         | 51,70                   |
| <b>итого за обед</b>          |                                    | <b>103,12</b> | <b>882</b> | <b>27,33</b>         | <b>27,23</b> | <b>112,92</b> | <b>822,24</b>           |
| <b>ПОЛДНИК</b>                |                                    |               |            |                      |              |               |                         |
| неделя<br>2-я<br>День<br>10-й | Чай фруктовый                      | 4,98          | 200        | 0,33                 | 0,13         | 3,34          | 15,90                   |
|                               | Запеканка овощная                  | 14,41         | 150        | 2,10                 | 7,60         | 30,77         | 178,85                  |
|                               | Хлеб ржаной                        | 2,40          | 20         | 1,13                 | 0,24         | 8,37          | 40,16                   |
| <b>итого за полдник</b>       |                                    | <b>21,79</b>  | <b>370</b> | <b>3,56</b>          | <b>7,97</b>  | <b>42,48</b>  | <b>234,91</b>           |

Зав.производством



/М.В. Давидян/





