

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 № 2 5.09.23

Период: осень; Возрастная категория 12-18 лет.

10-ти дневное меню

приём пищи	Наименование блюда	Цена за блюдо	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность
				белки	жиры	углеводы	
				Б	Ж	У	
ЗАВТРАК							
неделя 1 -я День 2 -й	Помидор свежий в нарезке	4,84	60	0,7	0,1	2,3	12,80
	Плов с говядиной	92,30	220	15,99	23,85	39,66	437,26
	Компот из смеси сухофруктов	4,35	200	0,40	0,00	18,34	74,97
	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
итого за завтрак		107,88	560	21,42	24,66	93,26	680,56
ОБЕД							
неделя 1 -я День 2 -й	Икра морковная	8,54	60	1,2	4,2	6,00	68,00
	Суп с макаронами	8,02	250	2,81	3,95	28,19	159,55
	Омлет с птицей	60,77	190	12,14	16,83	15,22	264,27
	Кофейный напиток с молоком	22,41	200	6,58	5,22	27,18	182,00
	Хлеб пшеничный	5,60	70	3,69	0,49	26,56	125,40
	Хлеб ржаной	4,00	50	2,83	0,6	20,93	100,44
	Плоды свежие (яблоко)	11,47	110	0,44	0,44	10,78	51,70
итого за обед		120,79	930	29,69	31,73	134,86	951,36
ПОЛДНИК							
неделя 1 -я День 2 -й	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	34,88	200	5,80	5,00	8,00	100,20
	Биточек рисовый с морковью	10,01	90 / 30	1,22	4,14	12,94	93,86
	Хлеб пшеничный	4,00	40	2,11	0,28	16,32	76,23
итого за полдник		48,89	360	9,13	9,416	37,26	270,292

Зав.производством



/М.В. Давидян/





