

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Я. Жваков



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ № 31

имени Л.В. Ластовицкого

Л.Ш. Шалагина

г.Новороссийск



МЕНЮ

ДЕНЬ № 4 21.09.23

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 1 -я День 4 -й	запеканка из творога с молоком сгущённым	81,79	200	20,19	15,02	61,79	463,10
	Чай с сахаром	1,38	200	0,20	0,00	6,50	26,80
	Масло порциями	12,68	10	0,08	7,25	0,13	66,09
	Хлеб пшеничный	2,40	30	1,58	0,21	12,24	57,17
	Фрукты свежие (яблоко)	14,08	130	0,52	0,52	12,74	63,45
итого за завтрак		112,33	570	22,57	23,00	93,40	676,61
ОБЕД							
неделя 1 -я День 4 -й	огурец свежий в нарезке	8,00	60	0,50	0,10	1,50	8,50
	Суп картофельный с горохом	11,10	250	2,21	5,08	23,04	146,68
	Мясо духовое	58,49	195	10,92	11,06	37,51	289,61
	Какао с молоком и витаминами	21,08	200	6,00	6,31	23,17	175,46
	Сыр твёрдых сортов в нарезке	14,00	30	7,00	8,80	0,00	107,50
	Хлеб пшеничный	5,60	70	3,69	0,49	26,56	125,40
	Хлеб ржаной	4,00	50	2,83	0,60	20,93	100,44
итого за обед		122,27	855	33,15	32,43	132,71	953,58
ПОЛДНИК							
неделя 1 -я День 4 -й	чай без сахара	1,20	200	0,20	0,00	0,20	1,60
	запеканка из творога и моркови с молоком сгущённым	47,62	180	8,96	9,03	38,15	269,72
итого за полдник		48,82	380	9,16	9,03	38,35	271,32

Зав.производством

/М.В. Давидян/





