

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 № 3 04.10.23

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	
ЗАВТРАК							
неделя 1-я День 3-й	огурец свежий в нарезке	8,66	65	0,52	0,11	1,63	9,21
	Тефтели рыбные (минтай)	45,45	110	11,34	10,36	10,27	179,70
	картофельное пюре / / овощи припущенные	20,31	150	2,48	7,34	27,40	185,58
				1,07	1,69	11,43	46,54
	Напиток (из груши дички)	11,06	200	1	0	15,81	67,24
	Хлеб пшеничный	2,40	30	1,58	0,21	12,24	57,17
	Хлеб ржаной	1,60	20	1,13	0,24	8,37	40,16
итого за завтрак		89,48	575	19,12	19,95	87,15	585,59
ОБЕД							
неделя 1-я День 3-й	Икра свекольная	8,05	60	1,3	4,2	6,8	71,4
	Суп из овощей	11,18	200	6,21	5,60	8,16	107,89
	Мясо тушёное	85,77	100	11,46	10,51	9,49	178,38
	каша вязкая (ячневая)	12,50	150	2,30	6,16	28,30	175,01
	Компот из смеси сухофруктов	4,35	200	0,5	0	19,80	81,0
	Хлеб пшеничный	4,00	50	2,634	0,35	20,4	95,29
	Хлеб ржаной	2,40	30	1,70	0,36	12,56	60,26
	Плоды свежие (яблоко)	11,47	110	0,44	0,44	10,78	51,70
итого за обед		139,72	900	26,54	27,62	116,28	820,92
ПОЛДНИК							
неделя 1-я День 3-й	Чай фруктовый	4,98	200	0,33	0,13	3,34	15,90
	Котлета рыбная (минтай)	22,48	90	6,17	5,39	19,31	151,91
	Хлеб пшеничный	1,60	20	1,054	0,14	8,16	38,12
	Печенье топленое молоко	1,66	15	1,67	2,07	0,75	28,31
итого за полдник		30,72	325	9,23	7,733	31,57	234,23

Зав.производством

/М.В. Давидян/





