

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 № 5 06.10.23

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 5-й | Квашеная капуста | 15,03 | 60 | 1,03 | 3,00 | 5,08 | 51,42 |
| | Биточки (особые) мясные | 70,00 | 100 | 11,33 | 9,85 | 9,50 | 170,17 |
| | Картофель и овощи тушёные в соусе | 37,92 | 180 | 4,81 | 7,42 | 24,41 | 183,63 |
| | Кисель из яблок | 9,87 | 200 | 0,70 | 0,00 | 32,73 | 133,76 |
| | Хлеб пшеничный | 3,61 | 45 | 2,37 | 0,32 | 18,36 | 85,76 |
| | Хлеб ржаной | 2,40 | 30 | 1,70 | 0,36 | 12,56 | 60,26 |
| итого за завтрак | | 138,83 | 615 | 21,93 | 20,745 | 102,64 | 684,99 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| неделя 1-я День 5-й | Помидор свежий в нарезке | 4,84 | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 12,80 |
| | Суп с клёцками | 11,40 | 250 | 3,56 | 6,11 | 18,75 | 144,28 |
| | Рыба припущенная в молоке (минтай) | 25,40 | 100 | 11,94 | 12,92 | 9,02 | 200,14 |
| | запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным | 48,85 | 180 | 7,82 | 11,30 | 36,74 | 279,94 |
| | Сок фруктовый (персиковый) | 11,06 | 200 | 1,6 | 0,2 | 18,2 | 81,00 |
| | 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 |
| | Плоды свежие (апельсин) | 16,77 | 105 | 0,82 | 0,15 | 8,554 | 38,882 |
| итого за обед | | 126,31 | 995 | 31,86 | 31,69 | 134,79 | 951,70 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| неделя 1-я День 5-й | чай с лимоном | 4,71 | 200 | 0,30 | 0,00 | 5,79 | 24,54 |
| | Котлета школьная | 60,07 | 100 | 5,45 | 9,74 | 9,40 | 146,85 |
| | Хлеб ржаной | 4,00 | 50 | 2,83 | 0,6 | 20,93 | 100,440 |
| итого за полдник | | 68,78 | 350 | 8,58 | 10,34 | 36,12 | 271,83 |

Зав. производством

/М.В. Давидян/





