

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Л. Жваков



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ № 31
имени Е.В. Ластовицкого

Л.Ш. Шалагина
г.Новороссийск



МЕНЮ

ДЕНЬ № 2 07.11.2023

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/





