

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 06.12.2023

Период: зима-весна; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Цена за блюдо	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			белки Б	жиры Ж	углеводы У	
ЗАВТРАК (1 смена)						
Горошек зелёный (консерв.)	18,51	60	1,7	0,1	3,5	22,10
Тефтели рыбные	28,10	90 / 20	11,16	13,42	5,38	186,92
Пюре картофельное	17,42	155	3,169	4,96	21,098	141,83
Сок фруктовый (абрикос.)	10,64	200	1,0	0	25,4	105,60
Хлеб пшеничный	2,74	35	1,35	0,48	18,97	85,60
Хлеб ржаной	1,56	20	1,13	0,3	8,373	40,71
Итого за завтрак:		580	19,51	19,25	82,72	582,75
Стоимость завтрака:	81,02					
ОБЕД (2 смена)						
Икра свекольная	10,66	60	0,9	2,16	5,1	43,20
Борщ из свежей капусты	8,11	200	1,04	3,5	4,8	54,80
Гуляш из говядины	94,16	50 / 50	14,59	14,43	3,03	201,29
Каша вязкая (ячневая)	7,20	150	2,3	5,16	33,53	166,19
Кофейный напиток с молоком	17,20	200	5,20	4,75	17,88	135,25
Хлеб пшеничный	3,90	50	1,93	0,69	27,1	122,29
Хлеб ржаной	2,34	30	1,70	0,45	12,56	61,07
Фрукты свежие (банан)	12,98	100	0,34	0,34	8,4	40,29
Итого за обед:		890	28,00	31,48	112,41	824,37
Стоимость обеда:	156,54					
ПОЛДНИК (2 смена)						
Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%)	22,70	200	5,8	5	8	101
Котлеты морковные с творогом и / соус яблочный	16,44	100 / 25	2,02	2,33	16,77	91,85
Хлеб пшеничный	1,56	20	0,77	0,38	10,28	45,22
Итого за полдник:		345	8,59	7,707	35,05	238,07
Стоимость полдника:	40,70					

Зав.производством

М.В. Давидян/





