

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** 20.12.2023

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

Наименование блюда	Цена за блюдо	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК (1 смена)</b>						
Горошек зелёный (консервированный)	18,51	60	1,7	0,1	3,5	22,10
Тефтели рыбные	36,40	110 / 20	11,44	13,97	6,57	201,77
Пюре картофельное	20,24	180	3,68	5,76	24,500	164,70
Сок фруктовый (абрикосовый)	10,64	200	1	0	25,4	105,60
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
Итого за завтрак:		<b>650</b>	<b>21,45</b>	<b>20,97</b>	<b>99,63</b>	<b>677,53</b>
<b>Стоимость завтрака:</b>	<b>92,03</b>					
<b>ОБЕД (2смена)</b>						
Икра свекольная	10,66	60	0,9	2,16	5,1	43,20
Борщ из свежей капусты	8,30	250	1,3	4,375	6	68,50
Гуляш из говядины	94,16	50 / 50	14,592	14,439	3,038	201,29
Каша вязкая ( ячневая )	7,50	180	2,66	6,196	34,247	203,39
Кофейный нап. с молоком	17,20	200	5,20	4,75	17,88	135,25
Хлеб пшеничный	5,45	70	2,50	0,90	35,23	158,98
Хлеб ржаной	3,90	50	2,83	0,75	20,94	101,00
Фрукты свежие (банан)	12,98	100	0,34	0,34	8,4	40,29
Итого за обед:		<b>1010</b>	<b>30,32</b>	<b>33,90</b>	<b>130,83</b>	<b>951,90</b>
<b>Стоимость обеда:</b>	<b>160,15</b>					
<b>ПОЛДНИК (2 смена)</b>						
Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5% )	22,71	200	5,8	5	8	101
Котлеты морковные с творогом и / соус яблоч.	17,53	110 / 25	3,42	3,60	15,58	96,23
Хлеб пшеничный	2,49	32	1,232	0,608	16,448	72,35
Итого за полдник:	<b>42,73</b>	<b>367</b>	<b>10,45</b>	<b>9,21</b>	<b>40,03</b>	<b>269,59</b>
<b>Стоимость полдника:</b>						

Зав.производством

/М.В. Давидян/





