



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ Гимназии № 32

Белякова В.Н.

МЕНЮ

На 16.09 2021г.

Дети 7-10 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
КАШ0173	Каша молочная с маслом	200/5	6,20	8,34	27,69	211
БУТ0008	Бутерброд с маслом и сыром	30/10./20	8,1	10,6	15,5	189
	Печенье весовое	25	1,9	2,4	18,3	102
НАП0377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,23	0,04	14,31	59
ПЛОД338	Фрукты свежие	100	0,4		12,6	52
	Всего в завтрак		16,74	21,28	88,37	612,3
	Обед					
САЛ0059	Салат из моркови с яблоками	60	0,51	3,1	4,4	49,14
ЩИ00088	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	2,36	7,14	9,18	110
КУР0294	Котлеты рубленые из птицы	80	14,88	11,36	13,6	216
КАШ0171	Каша рассыпчатая рисовая с маслом	150/5	3,73	8,64	40,27	253
СЛАД349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04		34	140
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59
	Всего в обед		26,61	31	120,07	866,14
	Всего в 1 неделю пятница		43,35	52,28	208,44	1478,44

Зав производством

Савенкова Н.В.

