

# МЕНЮ ШКОЛЬНИКА



Утверждаю:  
Директор МОУ *С.В. Осиневская*

Меню 1 четверг  
Для детей 7-11 лет

## завтрак

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	<b>Запеканка творожная со сгущ молоком 100/20</b> творог 9%, молоко сгущенное, крупа манная, сахар, сметана 15% бзмж, сухари панировочные, масло растительное кг, яйцо диетическое, ванилин	120.00	44.18	274.90	Белки - 14.96, Жиры - 8.52, Углеводы - 23.14
2	<b>Хачапури с сыром 60</b> мука пшеничная в/с, сыр, яйцо диетическое, масло растительное кг, сахар, дрожжи прессованные, соль иодированная	60.00	18.75	205.61	Белки - 14.78, Жиры - 14.85, Углеводы - 37.48
3	<b>Чай с сахаром 200</b> сахар, чай весовой 250	200.00	2.07	61.02	Белки - 0.10, Жиры - 0.03, Углеводы - 7.46
<b>Итого:</b>			65.00		

## Обед

№	Наименование	Выход, (г, мл)	Цена, (руб.)	Эн. цен. (Ккал)	БЖУ (г)
1	<b>Суп с макаронными изделиями с мясом 255</b> макароны, лук репчатый, морковь, говядина тушеная 325г, масло растительное кг, соль иодированная, паста томатная 25%, приправа, лавровый лист 20 г	255.00	6.39	126.96	Белки - 1.22, Жиры - 1.91, Углеводы - 6.93
2	<b>Кура, запеченная в яйце 80</b> грудка куриная филе без кожи, яйцо диетическое, масло растительное кг, мука пшеничная в/с, соль иодированная	80.00	39.60	227.62	Белки - 24.31, Жиры - 18.09, Углеводы - 6.12
3	<b>Рагу из овощей 150</b> капуста белокочанная, морковь, картофель, лук репчатый, масло растительное кг, мука пшеничная в/с, паста томатная 25%, сахар, соль иодированная, лавровый лист 20 г	150.00	11.34	152.34	Белки - 1.85, Жиры - 6.08, Углеводы - 9.86
4	<b>Напиток из апельсинов с вит С 200</b> апельсин весов, сахар, аскорбиновая кислота 2,5 г	200.00	6.46	141.20	Белки - 0.22, Жиры - 0.05, Углеводы - 17.00
5	<b>Хлеб ржаной 16</b> хлеб ржаной 600гр	16.00	1.21	30.77	Белки - 7.70, Жиры - 1.50, Углеводы - 37.00
<b>Итого:</b>			65.00		

Директор ООО "Максимум"  
Зав. производством

Е.Н. Осиневская

Бухгалтер

*С.В. Осиневская*  
*Е.Н. Осиневская*  
Ефимова В.В.

Е.Н. Осиневская

