

День: 6

Возраст

№
рек.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ № 1
имени героя Советского Союза
А.С. Александрова
г. Николаевска - на - Амуре
Хабаровского края

О.А. Шалупенко
« 10 » октября 2023 г.

Ежедневное меню с 7 до 11 лет

Наименование блюд	ккал	Выход блюда	Цена
Завтрак			
Каша вязкая молочная пышная	182	100	33 ⁰³
Хлеб	94,4	40	3 ¹²
Масло (порционные)	132	20	24 ⁹⁰
Какао с молоком сгущ.	138	200	24 ⁰⁸
Обед			
Салат:			
Салат из свеклы с сыром и яблоком	48,6	40	25 ⁴⁰
Первое блюдо:			
Рассольник ленинградский с мясом	120,89	150/30	53 ⁶¹
Второе блюдо:			
Сердце в соусе	219,84	100	58
Гарниры:			
Пюре картофельное	184,25	150	51 ⁴³
Напитки:			
Компот с изюмом	132,8	200	15 ³⁰
Сок фруктовый (92)	84,8	200	21
Выпечка:			
Хлеб	140,28	40	4 ⁰⁸

Шеф - повар

/Сербинович С.В.

Витамины, мг.

52
- 62

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ № 1
имени героя Советского Союза
А.С. Александрова
г. Николаевска - на - Амуре
Хабаровского края

О.А. Шалупенко
« 10 » октября 2023 г.

Ежедневное меню с 12 и старше

Наименование блюд	ккал	Выход блюда	Цена
Завтрак			
Каша вязкая молочная пышная	310,2	220	36 ⁵⁸
Хлеб	140,28	40	4 ⁰⁸
Масло (порционные)	132	30	34 ³⁵
Какао с молоком сгущ.	138	200	24 ⁰⁸
Обед			
Салат:			
Салат из свеклы с сыром и яблоком	131	100	38 ⁸⁴
Первое блюдо:			
Рассольник ленинградский с мясом	120,89	150/30	64 ³³
Второе блюдо:			
Сердце в соусе	220,14	120	80
Гарниры:			
Пюре картофельное	221,66	200	61 ¹⁴
Напитки:			
Компот с изюмом	132,8	200	15 ³⁰
Сок фруктовый (92)	84,8	200	21
Выпечка:			
Хлеб	140,28	40	4 ⁰⁸

Шеф - повар

/Сербинович С.В.