

|                                                                                   |                  |                                                                               |                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|  |                  | СОГЛАСОВАНО                                                                   |                         |
| ИП Шмакова Н.В.<br>Владимировна                                                   |                  | Директор <i>МБОУ "Новоинженерная школа"</i><br><i>Анатолий Константинович</i> |                         |
| Меню на «      »                                                                  |                  | 2024 г. День 2 (вторник)                                                      |                         |
| Возрастная категория 7-11 лет                                                     |                  |                                                                               |                         |
| Завтрак                                                                           | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г)                                                          | Энергетическая ценность |
|                                                                                   |                  | Б Ж У                                                                         | (ккал)                  |
| Гуляш из говядины                                                                 | 100              | 14,6 16,8 2,9                                                                 | 221                     |
| Каша вязкая из крупы пшеничной "Артек"                                            | 150              | 4,1 7,6 24,4                                                                  | 181,9                   |
| Чай черный байховый с молоком                                                     | 180              | 1,4 1,3 14,3                                                                  | 72,9                    |
| Хлеб пшеничный                                                                    | 40               | 3,1 0,3 20,2                                                                  | 94,7                    |
| Хлеб ржаной                                                                       | 30               | 2,1 0,3 10,1                                                                  | 52,2                    |
| Итого за прием пищи                                                               | 500              | 25,3 26,3 71,9                                                                | 622,7                   |
| Цена 78 рублей 05 копеек                                                          |                  |                                                                               |                         |
| Обед                                                                              | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г)                                                          | Энергетическая ценность |
|                                                                                   |                  | Б Ж У                                                                         | (ккал)                  |
| Икра овощная                                                                      | 60               | 1,2 5,4 4,7                                                                   | 71,4                    |
| Суп-лапша домашняя с курицей                                                      | 220              | 2,1 4,4 9,3                                                                   | 93,6                    |
| Рыба, тушеная в томате с овощами                                                  | 100              | 10,2 5,4 5,9                                                                  | 114,8                   |
| Пюре картофельное с м-сл                                                          | 150              | 3,4 8,3 21,6                                                                  | 174                     |
| Компот из сухофруктов                                                             | 180              | 0,4 0 27,8                                                                    | 113,7                   |
| Хлеб пшеничный                                                                    | 45               | 3,5 0,3 22,7                                                                  | 106,5                   |
| Хлеб ржаной                                                                       | 25               | 1,7 0,3 8,4                                                                   | 43,5                    |
| Плоды свежие (яблоко)                                                             | 130              | 0,5 0,5 12,7                                                                  | 61,1                    |
| Итого за прием пищи                                                               | 910              | 23 24,6 113,1                                                                 | 778,6                   |
| Цена 107 рублей                                                                   |                  |                                                                               |                         |
| Возрастная категория 12 лет и старше                                              |                  |                                                                               |                         |
| Завтрак                                                                           | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г)                                                          | Энергетическая ценность |
|                                                                                   |                  | Б Ж У                                                                         | (ккал)                  |
| Гуляш из говядины                                                                 | 100              | 14,6 16,8 2,9                                                                 | 221                     |
| Каша вязкая из крупы пшеничной "Артек"                                            | 180              | 4,7 8,3 28,2                                                                  | 205,8                   |
| Чай черный байховый с сахаром и лимоном                                           | 186              | 0,2 0 6,2                                                                     | 26,1                    |
| Хлеб пшеничный                                                                    | 50               | 3,8 0,3 25,1                                                                  | 118,4                   |
| Хлеб ржаной                                                                       | 35               | 2,3 0,5 13,9                                                                  | 70,4                    |
| Итого за прием пищи                                                               | 551              | 25,6 25,9 76,3                                                                | 641,7                   |
| Цена 77 рублей                                                                    |                  |                                                                               |                         |
| Обед                                                                              | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г)                                                          | Энергетическая ценность |
|                                                                                   |                  | Б Ж У                                                                         | (ккал)                  |
| Икра овощная                                                                      | 100              | 2 9 7,8                                                                       | 119                     |
| Суп-лапша домашняя с курицей                                                      | 280              | 2,6 5,5 11,6                                                                  | 117                     |
| Рыба, тушеная в томате с овощами                                                  | 100              | 10,2 5,4 5,9                                                                  | 114,8                   |
| Пюре картофельное с м-сл                                                          | 180              | 3,9 9,1 25,1                                                                  | 197                     |
| Компот из сухофруктов                                                             | 180              | 0,4 0 27,8                                                                    | 113,7                   |
| Хлеб пшеничный                                                                    | 60               | 4,6 0,4 30,1                                                                  | 142,1                   |
| Хлеб ржаной                                                                       | 35               | 2,5 0,4 11,8                                                                  | 60,9                    |
| Плоды свежие (яблоко)                                                             | 130              | 0,5 0,5 12,7                                                                  | 61,1                    |
| Итого за прием пищи                                                               | 1065             | 26,7 30,3 132,8                                                               | 925,6                   |
| Цена 107 рублей                                                                   |                  |                                                                               |                         |