

УТВЕРЖДАЮ

ИП Шамакова Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Найденовская школа"

С.В. Косов

Меню на « »

2025 г. День 9 (четверг)

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные (соленые или квашеные) по сезону	60	0,5	0,1	1	7,8	70/71
Тефтели мясные (говядина) в томатном соусе	110	8,7	11,6	11,4	189,9	278-673
Каша рассыпчатая гречневая с м-сл	150	8,6	9,4	38,6	272,8	302
Напиток из плодов шиповника	180	0,1	0	18,7	82,7	388
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	СРБ
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	6,7	34,8	СРБ
Итого за прием пищи					659	
Цена 78 рублей 05 копеек	550	21,6	21,5	91,5		

Обед

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из овощей "Осенний"	60	1	3,2	7,4	62,9	142
Суп картофельный с клецками	200	2,8	3,7	15	115,4	108
Птица, тушенная в томатном соусе	100	15,9	12,5	4	220,1	290-673
Каша вязкая из крупы пшеничной "Артек"	150	4,1	7,6	24,4	181,9	303
Чай черный байховый с молоком	180	1,4	1,3	14,3	72,9	378
Хлеб пшеничный	45	3,5	0,3	22,7	106,5	СРБ
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ
Итого за прием пищи	760	30,4	28,9	96,2	803,2	
Цена 107 рублей						

Возрастная категория 12 лет и старше

Завтрак

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные (соленые или квашеные) по сезону	100	0,8	0,1	1,7	13	70/71
Тефтели мясные (говядина) в томатном соусе	110	8,7	11,6	11,4	189,9	278-673
Каша рассыпчатая гречневая с м-сл	180	10	10,4	44,8	311,7	302
Напиток из плодов шиповника	180	0,1	0	18,7	82,7	388
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ
Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9	60,3	СРБ
Итого за прием пищи	650	25,4	22,8	113,6	776	
Цена 77 рублей						

Обед

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из овощей "Осенний"	100	1,7	5,3	12,4	104,9	142
Суп картофельный с клецками	250	3,5	4,6	18	144,3	108
Птица, тушенная в томатном соусе	100	15,9	12,5	4	220,1	290-673
Каша вязкая из крупы пшеничной "Артек"	180	4,7	8,3	28,2	205,8	303
Чай черный байховый с молоком	180	1,4	1,3	14,3	72,9	378
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	35	2,5	0,4	11,8	60,9	СРБ
Итого за прием пищи	905	34,3	32,8	118,8	951	
Цена 107 рублей						