



СОГЛАСОВАНО:

*И.В. директор
Школы "Перспектива" с.п.о.
Смирнов С.Ю.*

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Торговый дом Ядрин»

А.Н. Матвеев

13.01.2025



МЕНЮ
на 14.01. 2025г

8 день

наименование блюда		выход	пищевая ценность				номер
			белки	жиры	углеводы	ккал	рецептура
завтрак 7-11 лет							
Бутерброд с повидлом	12,74	55	1,20	4,30	22,00	132,00	2*
Каша молочная овсяная с маслом	17,93	200\5	7,40	13,95	31,96	284,00	173*
Чай с лимоном	4,47	200	0,26	0,06	15,22	59,00	377*
Хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
итого:	39,58		12,66	18,71	93,48	594,00	
завтрак 12-18 лет							
Бутерброд с повидлом	12,74	55	1,20	4,30	22,00	132,00	2*
Каша молочная овсяная с маслом	17,93	200\5	7,40	13,95	31,96	284,00	173*
Чай с лимоном	4,47	200	0,26	0,06	15,22	59,00	377*
Хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
фрукты	14,04	130	0,52	0,52	12,74	58,00	338*
итого:	53,62		13,18	19,23	106,22	652,00	
обед 7-11 лет							
огурцы сол порциями	12,67	80	0,64	0,08	1,28	106	70*
борщ картофельный со сметаной	14,07	200\15\5	1,47	4,67	7,31	89,00	82*
плов из птицы	42,17	150	20,27	6,74	28,08	256,00	291*
Компот из смеси сухофруктов	4,83	200	0,44	0,00	28,88	116,00	349*
Хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
печенье	11,82	40	1,50	3,18	9,60	86,00	
итого:	90,00		25,64	12,09	66,15	693,00	
обед 12-18 лет							
огурцы сол порциями	12,67	80	0,64	0,08	1,28	106	70*
борщ картофельный со сметаной	15,03	250\15\5	1,80	6,20	9,00	107,00	82*
плов из птицы	43,03	180	24,26	8,06	33,61	306,00	291*
Компот из смеси сухофруктов	4,83	200	0,44	0,00	28,88	116,00	349*
Хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	80,00		29,96	14,94	73,37	761,00	