# Меню

*05.12.2023*

**7день**

*МБОУСОШ№25*

| № п\п | Наименование блюд | Вес | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг.цен |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак** | | | | | | |
| | **7-11лет** | | | | | | |
| **1** | Салат из св.капусты | 60 | | 0,79 | 1,85 | 3,88 | 36,24 |
| **2** | Каша гречневая вязкая | 150 | | 4,58 | 5 | 20,52 | 145,5 |
| **3** | Гуляш из говядины | 100 | | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221 |
| **4** | Сок обрикосовый | 200 | | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
| **5** | Хлеб пшеничный | 25 | | 1,6 | 0,2 | 12,3 | 57,4 |
| **6** | Хлеб ржаной | 20 | | 1,38 | 0,25 | 11,77 | 54,85 |
| | **Итого** | **555** | **100,45** | **23,62** | **24,14** | **69,21** | **588,82** |
| | **Обед** | | | | | | |
| **1** | Суп-лапша домашняя | 200 | | 2,05 | 4,43 | 9,3 | 92,6 |
| **2** | Капуста тушеная | 150 | | 3,1 | 4,85 | 14,1 | 112,6 |
| **3** | Котлеты из птицы | 90 | | 14,27 | 13,71 | 13,32 | 234 |
| **4** | Кофейный напиток на мол | 200 | | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 |
| **5** | Хлеб пшеничный | 35 | | 2,24 | 0,28 | 17,22 | 80,36 |
| **6** | Хлеб ржаной | 35 | | 1,92 | 0,35 | 16,48 | 76,75 |
| **7** | Вафли | 30 | | 0,59 | 4,59 | 20,02 | 123,75 |
| | **Итого** | **740** | **111,77** | **27,34** | **30,89** | **106,39** | **820,66** |
| | **Полдник** | | | | | | |
| **1** | Яблоко свежее | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **2** | Каша рисовая с изюмом | 105 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| **3** | Хлеб ржаной | 20 | | 3,04 | 5,44 | 24 | 157,5 |
| **4** | Ряженка | 200 | | 1,1 | 0,2 | 9,42 | 43,88 |
| | **Итого** | | | 5,8 | 5 | 8,4 | 102 |
| | | **425** | **40,32** | **10,34** | **11,04** | **51,62** | **350,38** |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | **1720** | | **64,66** | **71,52** | **184,93** | **1707,23** |

*Старший повар* *З.А.Кузеванова*

*ДИРЕКТОР* *Е.П.Радченко*