

УТВЕРЖДАЮ:



МЕНЮ

"13" октября 2022г.

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
	Всего	Всего	Всего	Всего	
	г	г	г	г	
4 день					
Завтрак					
Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00
Омлет с сыром	150	17,40	27,00	2,50	323,80
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за прием пищи:	550	19,29	31,91	48,64	564,87
Обед					
Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	24,10
Суп картофельный с рыбой с зеленью укропа	200/20/1	6,80	2,90	15,70	116,00
Котлета "Здоровье"	100	15,00	12,20	8,00	203,00
Капуста тушеная (свежая) с зеленью петрушки	180/1	4,61	7,50	129,60	138,24
Напиток клюквенный	200	0,10	0,10	24,30	99,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20
Пирожок с творогом	60	8,30	5,40	27,50	192,00
Итого за прием пищи:	861	37,91	28,60	221,60	834,44
Всего за день:		57,20	60,51	270,24	1399,31

Зав. производством:

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "Социальное питание"

Абалуев А.С.



СОГЛАСОВАНО:

Директор школы № 423

С.А. Рыкина



МЕНЮ

"13" октября 2022г.

12-18 лет

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
	Всего	Всего	Всего	Всего	
	г	г	г	г	
4 день					
Завтрак					
Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00
Омлет с сыром	220	25,50	39,60	3,70	474,80
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за прием пищи:	620	27,39	44,51	49,84	715,87
Обед					
Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	24,10
Суп картофельный с рыбой с зеленью укропа	250/20/1	8,34	3,56	19,25	142,24
Котлета "Здоровье"	120	18,00	14,64	9,60	243,60
Капуста тушеная (свежая) с зеленью петрушки	200/1	5,12	8,33	143,92	153,52
Напиток клюквенный	200	0,10	0,10	24,30	99,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20
Пирожок с творогом	60	8,30	5,40	27,50	192,00
Итого за прием пищи:	982,00	42,96	32,52	241,07	916,56
Всего за день:		70,35	77,03	290,91	1632,43

Зав. производством: