

«Согласовано»

Директор школы № 19



«Утверждаю»

Директор столовой № 19



Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	13 февраля 2025 г.					
	Завтрак					
9-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
13-00	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
15-00	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
52-00	Каша вязкая молочная из гречневой крупы (200/5/5)	210	8.61	7.61	41.54	269.54
4-80	Чай с сахаром, лимоном (200/11)	200	0.26	0.03	11.26	47.79
41-20	Яблоко	160	0,4	0,3	10.0	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0,4	19.32	94
143-00	Итого за Завтрак	615	21.07	24.72	82.33	641.83
	Обед					
44-50	Салат из цв.капусты, пом.зелени	60	1	5.08	2.2	59.53
34-00	Борщ с фасолью, говяд , сметаной (200/10/10)	200/20	5.45	9.28	13.20	154.50
60-00	Куриное филе в сырном соусе	90	16.14	13.43	0.72	186.71
6-20	Макаронь отварные	150	5.83	0.69	37.37	179.14
12-00	Компот из вишни	200	0.16	0,04	13.1	54.29
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47
40-30	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
200-00	Итого за Обед	890	33.86	29.62	106.37	827.17
	Полдник					
55-00	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
52-00	Ацидофилин	200	5.8	5	8.2	106.0
43-00	Киви	100	0.6	0.6	15.4	72.0
150-00	Итого за Полдник	375	19.29	15.03	35.9	366.27
	Директор столовой Чиботэридзе					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

