

«Согласовано»

Директор школы № 12



«Утверждаю»

Директор столовой № 19



### Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>19 марта 2025г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
9-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
54-20	Котлета «Морячок» с соусом сметанным	90/30	13.0	8.7	13.48	186.57
25-00	Картофель отварной	150	3.14	6.05	25.2	168.16
3-60	Чай с шиповником	200	0.3	0.06	12.5	53.93
43-20	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0.4	19.32	94.0
<b>143-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>620</b>	<b>20.5</b>	<b>22.89</b>	<b>80.43</b>	<b>615.76</b>
	<b>Обед</b>					
23-70	Салат из овощей с кукурузой	60	0.82	5.18	2.71	60.91
40-00	Борщ с капустой ,курицей ,сметаной	200/15/10	3.57	10.19	10.31	147.93
80-00	Пельмени мясные отварные с маслом	240/5	25.64	20.13	50.11	483.83
10-00	Компот из черной смородины	200	0.2	0.08	12.44	52.69
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	19.82	99.0
43-30	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47
<b>200-00</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>35.51</b>	<b>36.68</b>	<b>115.35</b>	<b>938.36</b>
	<b>Полдник</b>					
42-00	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
52-00	Йогурт питьевой	200	8.2	3	11.8	114.0
56-00	Виноград	100	0.6	0.6	15.4	72
<b>150-00</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>375</b>	<b>21.69</b>	<b>13.03</b>	<b>39.5</b>	<b>374.27</b>
	<i>Директор столовой Чиботэрике</i>					
	<i>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</i>					

