

«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.
	5 мая 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
54-00	Каша вязкая молочная из рисовой крупы (200/5/5)	210	5.74	6.53	45.44	264.14
4-80	Чай с сахаром, лимоном (200/11)	200	0.26	0.03	11.26	47.79
39-20	Яблоко	100	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	18.20	23.64	86.23	636.43
	Обед					
23-60	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	5.11	4.94	69.95
29-00	Борщ с курицей ,сметаной (200/15/10)	200/25	3.57	10.19	10.31	147.93
87-20	Бифштекс рубленный с соусом сметано-томатным 90/30	90/30	17.88	17.15	3.19	238.86
8-20	Макароны отварные	150	5.83	0.69	37.37	179.14
12-00	Компот из вишни	200	0.16	0,04	13.1	54.29
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47.0
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.92	99.0
37-00	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
200-00	Итого за Обед	925	33.72	34.28	108.69	883.17
	Полдник					
49-00	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
52-00	Ацидофилин	200	5.8	5	8.2	106.0
49-00	Виноград	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 Чиботэрикэ					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					