

Дата: 25.10.2024 г.

Заведующий производством: *Жарсва В.А.*

Утверждено  
 Директор МАОУ "СН № 3"  
*Б* /Т.А. Броворова

**МЕНЮ**

| Наименование блюда                                    | Вес блюда     | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.                 | цена рубли    |
|---|---------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|------------------------|---------------|
|   |               | Б                    | Ж            | У            |                                |                        |               |
| <b>День 5 /неделя 2: Пятница</b>                      | 7-11 лет      | 7-11 лет             | 7-11 лет     | 7-11 лет     | 7-11 лет                       |                        |               |
| <b>Завтрак</b>  |               |                      |              |              |                                |                        |               |
| Овощи по сезону нарезке (огурец)                      | 60            | 0,48                 | 0,06         | 1,02         | 6                              | 70/2017м               | 20            |
| Тефтели с рисом (мясные) с соусом сметанным с томатом | 90            | 11,48                | 8,35         | 9,50         | 159,07                         | 15м/2022н<br>331/2017м | 40            |
| Макаронные изделия отварные с маслом                  | 150           | 5,40                 | 4,90         | 32,80        | 196,80                         | 203/2017м              | 15            |
| Напиток из шиповника                                  | 200           | 0,60                 | 0,20         | 15,20        | 65,30                          | 53-13хн/2022           | 15            |
| Печенье топленое молоко                               | 30            | 1,98                 | 5,20         | 20,50        | 136,70                         | п.т                    | 11            |
| Хлеб пшеничный йодированный                           | 30            | 2,1                  | 0,3          | 14,49        | 70,14                          | 701/2010м              | 3,83          |
| <b>Итого за завтрак</b>                               | <b>560</b>    | <b>22,04</b>         | <b>19,01</b> | <b>93,51</b> | <b>634,01</b>                  |                        | <b>104,83</b> |
| <b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>              | <b>598,00</b> | <b>20,35</b>         | <b>18,78</b> | <b>85,57</b> | <b>597,32</b>                  |                        |               |

**Обед**

|  |               |              |              |               |                |              |               |
|--|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|
| Закуска из овощей (икра кабачковая)      | 60            | 1,63         | 2,82         | 8,72          | 67,00          | 101/2004л    | 20            |
| Суп гороховый                            | 200           | 3,39         | 3,60         | 10,84         | 89,32          | 54-25с/2022н | 15            |
| Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 90            | 12,7         | 8,9          | 6,3           | 156,1          | 229/2017м    | 30            |
| Пюре картофельное                        | 150           | 3,20         | 5,20         | 19,80         | 139,40         | 128/2017м    | 17            |
| Компот из яблок свежих                   | 200           | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114,60         | 342/2017     | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный              | 40            | 3,16         | 0,4          | 19,32         | 93,52          | 701/2010м    | 4,83          |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный        | 30            | 1,68         | 0,33         | 14,82         | 68,97          | 702/2010м    | 3             |
| <b>Итого за Обед</b>                     | <b>770</b>    | <b>25,92</b> | <b>21,41</b> | <b>107,68</b> | <b>728,91</b>  |              | <b>104,83</b> |
| <b>Всего за Пятницу</b>                  | <b>1330</b>   | <b>47,96</b> | <b>40,42</b> | <b>201,19</b> | <b>1362,92</b> |              |               |
| <b>Итого за неделю в среднем обед</b>    | <b>762,00</b> | <b>27,33</b> | <b>22,43</b> | <b>103,51</b> | <b>727,86</b>  |              |               |