

Директор
Вознесенского
имени Л.
«15»

МЕНЮ

(для детей льготной категории 1-4 класс)

Наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
				белки	жиры	углеводы
Завтрак 15.03.2021г Понедельник						
Каша рассыпчатая гречневая	150г	11,10	276	8,7	7,8	42,6
Котлета в томатном соусе	110г	24,50	196	13,62	7,52	15,3
Хлеб ржаной	20г	1,00	39,6	1,32	0,4	7,92
Хлеб пшеничный	20г	1,00	52,4	1,47	0,66	10,28
Чай с сахаром	200г	2,80	58	0,2	0	15
ИТОГО	500	40,40	622	25,31	16,38	91,1
Завтрак 16.03.2021г Вторник						
Суп картофельный с горохом на м/б	200г	12,50	133,6	4,96	4,48	17,84
Булочка ванильная	50г	3,00	161	9,5	4,056	27,23
Какао с молоком	200г	8,40	190	4,9	5	32,5
Хлеб ржаной	25г	1,15	49,5	1,65	0,3	9,9
Хлеб пшеничный	25г	1,20	65,5	1,87	0,725	12,85
шоколад	100г	50,00	554	9,8	34,7	50,4
ИТОГО	600	76,25	1153,6	32,68	49,26	150,72
Завтрак 17.03.2021г Среда						

Картофельное пюре	150г	9,10	189	3,15	8,25	21,75
Птица тушенная в сметанном соусе	100г	42,00	231	19,7	15,75	2,35
Хлеб пшеничный	25г	1,15	49,5	1,65	0,3	9,9
Хлеб ржаной	25г	1,20	65,5	1,87	0,725	12,85
Чай с сахаром	200г	2,80	58	0,2	0	15
ИТОГО	500	56,25	593	26,57	25,025	61,85

**Завтрак
18.03.2021г
Четверг**

Плов из говядины	150г	76,71	350	21,6	11,8	37,8
Компот из сушеных фруктов (курага)	200г	9,40	113	0,44	0,02	27,67
Хлеб ржаной	25г	1,20	65,5	1,87	0,725	12,85
Хлеб пшеничный	20г	1,00	52,4	1,47	0,6	10,28
Фрукт (Яблоко)	250г	30,00	40	0,8	0,4	19,6
ИТОГО	645	118,31	604,9	26,36	13,245	107,82

**Завтрак
19.03.2021г
Пятница**

Суп картофельный с мясными фрикадельками	200г	19,40	72	1,6	1,92	11,84
Булочка дорожная	50г	7,20	194	3,55	7,4	28,05
Какао со сгущенным молоком	200г	10,00	187	4,7	5	31,8
Хлеб пшеничный	25г	1,15	49,5	1,65	0,3	9,9
Хлеб ржаной	25г	1,20	65,5	1,87	0,725	12,85
ИТОГО	500	38,95	569,5	13,37	14,625	94,44

**Завтрак
20.03.2021г
Суббота**

Каша пшённная вязкая	150г	11,80	132	4,2	2,7	21,75
Бутерброд с повидлом	40г	5,60	118	1,2	3,1	21
Кисель п/я	200г	4,40	162	0	0	42,2
Хлеб ржаной	50г	2,40	99	3,3	0,6	19,8
Фрукт (Груша)	250г	37,50	42	0,4	0,3	9,5
ИТОГО	703	61,70	553	9,1	6,7	114,25
Итого в среднем	574	65,31	509,62	26,67	20,87	103,36

Заведующая столовой:

Антипенюк Р.Ю