

Школа №9

М Е Н Ю

На 05.02.2025 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>		<b>78,77</b>	<b>664</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)		200	15,03	106
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным		100	8,50	190
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>110,17</b>		<b>112,90</b>	<b>750</b>
<b>Полдник</b>				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
<b>Итого:</b>	<b>37,83</b>		<b>69,66</b>	<b>433</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>233,00</b>		<b>261,33</b>	<b>1847</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
105,19	63,68	261,33	0,90	1,47	127,61	140,44	1,31
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
245,09	696,38	292,93	19,56				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .



ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ШЕФ-ПОВАР