

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ п.Тимирязевский  
Шайко А.В.

«Утверждено»

ИП Григорян К.А.

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания  
детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных  
учреждениях Уссурийского городского округа

ВТОРНИК 03.10 2023 г.

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сырники запеченные	185	12,41	6,90	35,98	250,99
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
4	Батон пшеничный	20	1,72	0,30	10,98	50,80
5	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>705</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>76</b>	<b>591</b>

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Биточки из мяса птицы	90	7,95	7,58	0,50	53,50
2	Гречка отварная с маслом	150	3,75	7,35	26,25	180,60
3	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
4	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,90
5	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>89</b>	<b>596</b>

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из огурцов и помидор с растительным маслом	60	0,00	0,92	2,55	65,44
2	Суп гречневый	200	10,21	1,00	24,60	132,00
3	Печень по строгановски	90	5,40	17,10	3,96	190,62
4	Картофельное пюре	150	3,75	6,30	22,05	159,00
5	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
6	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,90
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>910</b>	<b>28</b>	<b>33</b>	<b>106</b>	<b>862</b>

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из огурцов и помидор с растительным маслом	60	0,00	0,92	2,55	65,44
2	Суп гречневый	200	10,21	1,00	24,60	132,00
3	Плов	180	9,58	5,02	30,10	296,15
4	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
5	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,90