

"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ п.Тимирязевский

Шацко А.В.

«Утверждаю»
ИП Гвириян 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 10.10 2023 г.

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша молочная "Дружба"	185	7,80	1,41	26,65	180,50
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
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
	ИТОГО	720	21,07	22,91	76,01	591,44

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Омлет натуральный	150	10,62	6,56	28,84	211,90
3	Зелённый горошек консервированный	25	0,90	0,03	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	50,80
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	725	20,99	22,80	76,53	593,55

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Плов	200	18,40	5,57	41,05	217,94
4	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
5	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	900	29,14	30,52	109,05	849,86

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
4	Тефтели мясные	90	5,34	0,65	15,89	132,46
5	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
6	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	1020	30,08	32,25	118,79	945,28