

"Согласовано»

Директор МБОУ СОШ п.Тимирязевский

Шашко А.В.

«Утверждаю»

ИП Григорьев 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

ЧЕТВЕРГ 12.10 2023 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Пельмени домашние с м/с	180	12,50	15,10	36,89	326,50
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
3	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
4	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
5	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>710</b>	<b>20,95</b>	<b>22,83</b>	<b>75,98</b>	<b>591,42</b>

**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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	180	7,60	1,37	25,97	175,76
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>715</b>	<b>20,87</b>	<b>22,87</b>	<b>75,33</b>	<b>586,70</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	60	0,00	2,00	23,00	180,50
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,45	9,99	155,93
3	Гуляш	90	6,00	11,00	22,98	251,67
4	Гороховое пюре	150	12,92	7,10	26,00	57,60
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
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>27,80</b>	<b>30,08</b>	<b>110,60</b>	<b>861,40</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	60	0,00	2,00	23,00	180,50
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,45	9,99	155,93
3	Каша рисовая с мясом	180	19,47	18,75	48,01	274,19
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>850</b>	<b>28,35</b>	<b>30,73</b>	<b>109,63</b>	<b>826,32</b>