



Директор ООО «Глобус»  
Л.И. Браташенко



Директор МБОУ СОШ № 1  
Красноармейский район



# МЕНЮ

ДЕНЬ №10 13.09.2024г.

Период: осень 2024; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
		белк и Б	жир ы Ж	углевод ы у		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	10,08
Жаркое по - домашнему	190	14,18	21,16	19,65	413,40	59,32
Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,00	6,65	27,20	3,68
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	3,36
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	2,52
<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>18,66</b>	<b>21,92</b>	<b>56,68</b>	<b>585,60</b>	<b>78,96</b>
<b>ОБЕД</b>						
Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,80	8,50
Щи из свежей. капусты с картофелем	200	2,162	2,977	6,66	60,73	13,42
Биточек рыбный (минтай)	80 / 20	14,99	5,99	15,12	185,68	50,72
Каша вязкая ( пшённая )	150	4,38	4,62	32,20	179,22	12,38
Сок фруктовый (персиковый)	200	1,6	0,2	18,2	81,00	11,20
Печенье	15	1,45	7,10	9,10	118,08	3,60
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	3,36
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	2,52
Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	8,76
<b>Итого:</b>	<b>905</b>	<b>29,52</b>	<b>22,07</b>	<b>123,24</b>	<b>822,39</b>	<b>114,46</b>

ав.производством