



Директор ООО «Глобус»  
Л.И. Браташченко

СООБЩАЮ: № 22  
Директор МБДОУ СОШ № 22  
Красноармейский



# МЕНЮ

ДЕНЬ №3 18.09.2024г.

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

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда:
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	10,08
Тефтели рыбные (минтай)	90/20	11,63	6,95	15,76	203,70	41,05
Картофельное пюре /	120	2,59	5,99	28,48	153,59	12,77
/ Овощи припущенные (Капуста)	30	0,59	1,06	1,43	23,47	3,29
Кисель из яблук	200	0,52	0,12	31,12	99,68	12,02
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,16	2,52
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	1,68
<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>18,51</b>	<b>14,68</b>	<b>98,90</b>	<b>586,26</b>	<b>83,402</b>
<b>ОБЕД</b>						
Икра свекольная	60	1,30	4,2	7,292	73,3	8,22
Суп из овощей	200	1,83	3,64	19,89	67,41	13,36
Мясо тушёное	50/50	11,20	17,38	2,56	235,00	107,77
Каша вязкая ( ячневая )	150	3,25	3,58	32,93	175,01	13,16
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	10,60
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	4,20
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>900</b>	<b>22,94</b>	<b>30,15</b>	<b>121,61</b>	<b>819,99</b>	<b>168,58</b>

Зав.производством