



Здоровое питание -  
путь к отличным знаниям!



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «Глобус»  
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СОШ № 32  
*Ирина Владимировна Бутенко*  
Красноармейский район



# МЕНЮ

ДЕНЬ № 9 25.04.2024г.

Период: зима-весна; Возрастная категория 7-11 лет.

| приём<br>пищи            | Наименование блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | Стоимость<br>блюда |
|--------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------------------|--------------------|
|                          |                                  |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж    | углеводы<br>У |                                 |                    |
| <b>ЗАВТРАК (1 смена)</b> |                                  |              |                      |              |               |                                 |                    |
| неделя                   |                                  |              |                      |              |               |                                 |                    |
| 2 -я                     | Икра кабачковая (пром. Произ-ва) | 60           | 1,14                 | 5,34         | 4,82          | 70,80                           | 17,24              |
| День                     | Макаронные изделия отварные и    | 110 / 40     | 3,971                | 3,603        | 24,124        | 144,71                          | 13,21              |
|                          | Овощи припущенные                |              | 0,56                 | 1,051        | 2,75          | 22,72                           | 7,23               |
| 9-й                      | Печень по-строгановски           | 100          | 9,84                 | 12,37        | 14,41         | 193,05                          | 64,02              |
|                          | чай с лимоном и сахаром          | 200          | 0,3                  | 0            | 6,7           | 27,90                           | 3,80               |
|                          | Хлеб пшеничный                   | 37           | 1,43                 | 0,51         | 20,1          | 90,71                           | 3,51               |
|                          | Хлеб ржаной                      | 20           | 1,13                 | 0,3          | 8,373         | 40,71                           | 1,94               |
| <b>Итого за завтрак</b>  |                                  | <b>567</b>   | <b>18,37</b>         | <b>23,18</b> | <b>81,07</b>  | <b>590,60</b>                   |                    |
| Стоимость завтрака       |                                  |              |                      |              |               |                                 | 110,95             |
| <b>ОБЕД (2 смена)</b>    |                                  |              |                      |              |               |                                 |                    |
| неделя                   |                                  |              |                      |              |               |                                 |                    |
| 2 -я                     | Икра морковная                   | 60           | 0,84                 | 2,28         | 3,9           | 39,60                           | 11,01              |
|                          | Суп из овощей                    | 200          | 1,6                  | 3,62         | 5,06          | 59,200                          | 10,80              |
| День                     | Котлеты домашние                 | 90           | 4,07                 | 9,39         | 15,52         | 164,59                          | 68,72              |
|                          | Омлет с отварным картофелем      | 180          | 12,42                | 15,48        | 12,78         | 241,200                         | 41,80              |
| 9-й                      | Компот из смеси сухофруктов      | 200          | 0,5                  | 0,00         | 19,80         | 81,0                            | 7,04               |
|                          | Хлеб пшеничный                   | 50           | 1,93                 | 0,69         | 27,1          | 122,39                          | 4,74               |
|                          | Хлеб ржаной                      | 30           | 1,70                 | 0,45         | 12,56         | 61,07                           | 1,94               |
|                          | Фрукты свежие (яблоко)           | 120          | 0,48                 | 0,48         | 11,76         | 53,28                           | 9,13               |
| <b>Итого за обед</b>     |                                  | <b>930</b>   | <b>23,53</b>         | <b>32,38</b> | <b>108,48</b> | <b>822,23</b>                   |                    |
| Стоимость обеда          |                                  |              |                      |              |               |                                 | 155,18             |

ав.производством *Курочкина Т.А. Курочкин*