

Согласовано:  
 Директор МАНОУ СОШ №9  
 Дорощенко Т.В.



Меню 7-11 лет

11.03.2025г

День 7

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат из свеклы отварной	40	34,78	0,60	2,04	3,52
	Плов из свинины 40/80	120	252	20,64	7,44	25,56
	Компот из сухофруктов	200	89,78	0,56	0,02	21,74
	Хлеб пшеничный	40	85,44	3,16	0,40	19,32
	Хлеб ржаной	20	42,8	0,94	0,14	9,96
	Фрукты (яблоко)	100	44	0,80	0,30	9,60
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>548,8</b>	<b>26,70</b>	<b>10,34</b>	<b>89,70</b>
	Цена	<b>82,88</b>				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
обед	Рассольник	200	93,02	2,00	4,26	19,84
	Кукуруза консервированная	60	7,2	0,42	0,06	1,14
	Котлеты (особые свин/говяд) (с соусом)	120	239,67	17,39	12,93	14,10
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	227,66	5,57	6,87	34,96
	Сок фруктовый	200	84,44	1,00	0,00	20,20
	Хлеб пшеничный	20	42,72	1,58	0,20	9,66
	Хлеб ржаной	20	42,8	0,94	0,14	9,96
	Фрукты св. (яблоко)	100	47	0,40	0,40	9,80
	<b>Итого</b>	<b>850</b>	<b>784,51</b>	<b>29,30</b>	<b>24,86</b>	<b>119,66</b>
	Цена	<b>158,63</b>				