

Утверждаю

МБОУ "ООШ с. Воскресное"  
 МБОУ Попово-Е. /



**МЕНЮ**  
 8 июня 2023 г.  
 7-10 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	16,95	5,7	8	38,3	249
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14,67	3,4	4,4		53
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4,41	0,1	8,3	0,1	75
КАКАО С МОЛОКОМ	200	17,57	2,9	2,5	24,8	134
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		59,64	14,7	23,6	80,2	593
<b>Обед</b>						
ЯБЛОКО	150	39,29	0,6	0,6	14,7	71
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	7,67	5,9	6,1	40,4	239
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	30,25	0,8	0,1	2,5	14
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	33,32	15	15,2	16,4	263
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	36,33	13,3	11,2	11,7	201
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	21,05	2,9	4,6	23,8	148
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	16,70	0,2	0,1	27,9	114
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		190,66	41,3	38,3	154,4	1132
Всего		250,29	56	61,9	234,6	1725