

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "СОШ Бугровский ЦО №3"

Генеральный директор ООО "Серна"

Е.В. Володина

Н.Е. Сорокина

МЕНЮ

БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ 12 ЛЕТ и старше (ЗАВТРАК, ОБЕД)

НА " _____ " _____ 2025 ГОД

День: 9 Среда
Неделя: 2

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Год изд. сборника | № рец. |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------------|--------|
| | | Б | Ж | У | | | |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 1 | 2 |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша овсяная (геркулес) "Копорка" с соусом ягодным (свежемороженная клубника) (хлопья овсяные "Геркулес", молоко, сахар, масло сливочное, свежемороженная клубника, соль) | 250/30 | 12,2 | 16,0 | 37,1 | 305,6 | 2008/АКП* | 184/05 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 2008 | 430 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 70 | 5,6 | 2,43 | 37,1 | 196 | | к/к |
| Итого за завтрак: | 550 | 18,0 | 18,53 | 89,23 | 561,6 | | |
| Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР) | | | | | | | |
| Салат из свёклы отварной с маслом растительным (свекла, масло подсолнечное, соль) | 100 | 4,5 | 9,2 | 6 | 90,7 | 2011 | 71 |
| Суп овощной со сладким перцем "посертоловски" (картофель, морковь, лук репчатый, перец сладкий, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль) | 250 | 5,75 | 6 | 14,13 | 156,25 | 2008 | 95 |
| Бульон куриный со свежей зеленью петрушки (цыплята, морковь, лук репчатый, соль, зелень петрушки) | 250/10/2 | 5,3 | 1,4 | 1,4 | 113,4 | АКП* | 336/04 |
| Печень по-строгановски (печень говяжья, масло подсолнечное, мука пшеничная, сметана, томатная паста, соль) | 100 | 14,3 | 11 | 17,8 | 227,9 | 2008 | 256 |
| Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное) | 180 | 4,36 | 5,5 | 45,24 | 254,4 | 2008 | 331 |
| Компот из свежих яблок и свежемороженых слив (яблоки свежие, свежемороженые сливы, сахар) | 200 | 0,4 | 0,2 | 34,6 | 133,2 | 2007 | 123 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 2008 | 430 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | | к/к |
| Итого за обед: | 860 | 31,26 | 32,20 | 131,27 | 928,45 | | |
| Итого за день: | | 49,26 | 50,73 | 220,50 | 1490,05 | | |

Зав. производством:

Калькулятор: