

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "СОШ "Бугровский ЦО №3"

Генеральный директор ООО "Серна"



## МЕНЮ

БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ 12 ЛЕТ и старше (ЗАВТРАК, ОБЕД)

НА " \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2025 ГОД

День: 3 Среда

Неделя: 1

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
<b>Завтрак</b>							
Каша рисовая молочная с ягодным соусом (свежемороженый ягодный микс) (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сливочное, свежемороженый ягодный микс, соль)	250/30	12,2	16,4	29,9	320,4	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
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>18,0</b>	<b>18,93</b>	<b>82</b>	<b>576,4</b>		
<b>Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>							
Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука) (томаты свежие, огурцы свежие, масло подсолнечное, соль)	100	0,9	8,8	2,9	106	2008	23
Картофельный крем-суп с ржаными сухариками "Саблинский" (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, мука пшеничная, масло сливочное, молоко, соль, хлеб ржано-пшеничный обогащенный)	250/10	4,6	5,2	19,44	147,58	2008	95
Бульон куриный с гренками из батона обогащенного микронутриентами (птица, морковь, лук репчатый, соль, батон нарезной)	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП*	336/04
Тефтели "Сосновоборские" из филе птицы (куриное) в сметанном соусе (грудки куриные, батон нарезной, яйцо куриное, лук репчатый, масло подсолнечное, мука пшеничная, сметана, соль)	100/30	16,3	12,3	21,7	219,9	2008	265
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	180	4,36	5,5	45,24	254,4	2008	402
Компот из смеси сухофруктов (компотная смесь, сахар)	200	0,6	0,1	25,7	131	2008	402
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
<b>Итого за обед:</b>	<b>900</b>	<b>28,71</b>	<b>32,20</b>	<b>128,48</b>	<b>924,88</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>46,71</b>	<b>51,13</b>	<b>210,48</b>	<b>1501,28</b>		

Зав. производством:

Калькулятор: