

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "СОШ "Бугровский ЦО №3"

Генеральный директор ООО "Серна"

/Е.В. Бодкина

/Н.Е. Сорокина

МЕНЮ

БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ 12 ЛЕТ и старше (ЗАВТРАК, ОБЕД)

НА " _____ " _____ 2025 ГОД

День: 4 Четверг

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
Завтрак							
Каша овсяная (геркулес) "Копорка" с соусом ягодным (свежемороженная клубника) (хлопья овсяные "Геркулес", молоко, сахар, масло сливочное, свежемороженная клубника, соль)	250/30	10,1	14,6	35,1	305,5	2008	187
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	3	2,6	22,9	134,2	2008	432
Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196		к/к
Итого за завтрак:	550	18,7	19,63	95,1	635,7		
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	70/2
Рассольник "Ленинградский" со сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочное, сметана, соль)	250/5	2,8	5,77	16,4	181,9	АКП*	73,01
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*	336/03
Плов из булгура со свиной "Корела" (свинина, крупа пшеничная "Булгур", масло подсолнечное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль)	280	22	15,75	61,6	430,7	АКП*	21
Компот из свежемороженых ягод (крыжовник) (крыжовник свежемороженый, сахар)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	2008	335
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0,2	0,1	15	60	АКП*	29/04
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66	2008	430
Итого за обед:	865	31,45	31,10	114,92	838,74		
Итого за день:		50,15	50,73	210,02	1474,44		

Зав. производством:

Калькулятор: