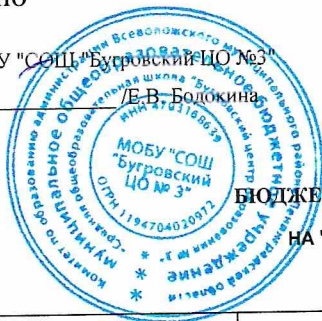


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

 Директор МБОУ "СОШ "Бугровский ЦО №3"
 Е.В. Бодокина

 Генеральный директор ООО "Серна"
 Е.Е. Сорокина


МЕНЮ

БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

на " _____ " _____ 2026 год

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	ИКТ-Подизд. сборника	№ рец.
		Б	Ж	У			
3	4	5	6	7	8	1	2
Завтрак							
Каша овсяная (геркулес) "Копорка" с соусом ягодным (свежемороженая клубника) (хлопья овсяные "Геркулес", молоко, сахар, масло сливочное, свежемороженая клубника, соль)	200/30	8,4	12,0	30,5	251,0	2008/АКП*	184/05
Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108		к/к
Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196		к/к
Итого за завтрак:	500	19,25	19,43	77,2	555		
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)							
Салат из свёклы отварной с маслом растительным (свекла, масло подсолнечное, соль)	60	2,7	5,53	3,6	54,4	2011	52
Рассольник "Ленинградский" со сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочное, сметана, соль)	200/5	2,4	4,64	13,2	146,3	2008	91
Бульон куриный со свежей зеленью петрушки (цыплята, морковь, лук репчатый, соль, зелень петрушки)	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	АКП*	336/04
Плов из булгура со свиной "Корела" (свинина, крупа пшеничная "Булгур", масло подсолнечное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль)	240	19,7	13,5	52,8	369,2	АКП*	180/01
Компот из свежемороженых ягод (крыжовник) (крыжовник свежемороженый, сахар)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	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:	735	26,95	24,05	100,52	705,34		
Итого за день:		46,15	43,48	177,72	1260,34		

Зав. производством:

Калькулятор: