

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "СОШ "Бугровский ЦО №3"

Генеральный директор ООО "Серна"  
/Н.Е. Сорокина

/Е.В. Бодакина

## МЕНЮ

## БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

на " \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2026 год

День: 5 Пятница

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 пшеничная "Тихвинка" с ягодным соусом (свежемороженная ежевика) (крупа пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, свежемороженная ежевика, соль)	200/30	8,4	12,2	27,0	279,3	2008/АКП*	184/10
Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108		к/к
Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196		к/к
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>19,3</b>	<b>19,63</b>	<b>73,7</b>	<b>583,3</b>		
<b>Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>							
Салат из моркови с маслом растительным (морковь свежая, масло подсолнечное, соль)	60	0,73	3,25	4	57,5	АКП*	68
Суп овощной "Приютинская осень" (с тыквой и цветной капустой) (капуста цветная, картофель, тыква свежая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль, зелень петрушки)	200	4,6	6,8	16,18	147,9	АКП*	73/02
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
Шницель из филе птицы (филе куриное, батон нарезной, масло сливочное, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль)	90	12,6	12,1	17,8	213,58	2008	314
Картофель отварной (картофель, масло сливочное, соль)	150	2,9	4,7	23,5	148	2008	333
Компот яблочно-апельсиновый (яблоки свежие, апельсины свежие, сахар)	200	0,5	0,1	34	131	АКП*	29,05
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>730</b>	<b>23,28</b>	<b>27,25</b>	<b>108,98</b>	<b>763,98</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>42,53</b>	<b>46,88</b>	<b>182,68</b>	<b>1347,28</b>		

Зав. производством:

Калькулятор: