

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ "Бугровский ЦО №3"

Генеральный директор ООО "Серна"

/Е.В. Бодокина

/Н.Е. Сорокина

## МЕНЮ

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

НА " \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2026 год

День: 9 Четверг

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Год издания	ТК№
		Б	Ж	У			
2	3	5	6	7	8		1
<b>Завтрак</b>							
Макароны с сыром (макаронные изделия, масло сливочное, сыр, соль)	165/10	12,8	15,0	33,0	285,4	2008	210
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2008	430
Яблоко свежее	100	0,54	0,54	13,17	60,84	2011	338
Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70		к/к
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>15,54</b>	<b>16,46</b>	<b>74,42</b>	<b>476,24</b>		
<b>Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>							
Салат из моркови с маслом растительным (морковь свежая, масло подсолнечное, соль)	60	0,73	2,8	4	57,5	АКП*	68
Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, сахар, сметана, соль)	200/5	4,56	7,48	17,5	164	2008	95
Бульон куриный с гренками из батона обогащенного микронутриентами (птица, морковь, лук репчатый, соль, батон нарезной)	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6	АКП*	336/03
Филе птицы (индейка) в сметанном соусе (филе индейки, масло подсолнечное, мука пшеничная, сметана, лук репчатый, соль)	90	13,5	9,5	16,5	146	АКП*	339/01
Рис отварной (крупа рисовая шлифованная, сливочное масло, соль)	150	3,7	6,3	32	203	2008	325
Компот из свежемороженых ягод (ежевика) (ягоды ежевики, замороженные, 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>735</b>	<b>24,64</b>	<b>26,46</b>	<b>100,92</b>	<b>705,94</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>40,18</b>	<b>42,92</b>	<b>175,34</b>	<b>1182,18</b>		

Зав. производством:

Калькулятор: