

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "СОШ "Бугровский ЦО №3"

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

МЕНЮ

БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ (ЗАВТРАК, ОБЕД)

НА " _____ " _____ 2026 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 |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша рисовая молочная с ягодным соусом (свежемороженый ягодный микс) (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сливочное, свежемороженый ягодный микс, соль) | 200/30 | 8,3 | 11,8 | 24,6 | 263,2 | 2008/АКП* | 189/08 |
| 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 | 19,2 | 19,23 | 71,3 | 567,2 | | |
| Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР) | | | | | | | |
| Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука) (томаты свежие, огурцы свежие, масло подсолнечное, соль) | 60 | 0,54 | 5,9 | 1,74 | 63,6 | 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) | 200/10 | 3,7 | 4,2 | 15,7 | 119,2 | АКП* | 86/01 |
| 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 |
| Тефтели "Сосновоборские" из филе птицы (куриное) в сметанном соусе (грудки куриные, батон нарезной, яйцо куриное, лук репчатый, масло подсолнечное, мука пшеничная, сметана, соль) | 90/30 | 15,04 | 11,7 | 20 | 203 | 2008 | 323 |
| Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное) | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 212 | 2008 | 323 |
| 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 |
| Итого за обед: | 770 | 25,53 | 26,80 | 114,34 | 794,80 | | |
| Итого за день: | | 44,73 | 46,03 | 185,64 | 1362,00 | | |

Зав. производством:

Калькулятор: