

"Согласовано"

Директор МОУ СОШ



ООО



Агрофирма-Ярославль"

# Меню 16.10.2015

12-18 лет

1 неделя

4 день

| Раздел меню      | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |                                   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак          |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                  | Каша рисовая молочная жидкая      | 250       | 5,17             | 8,33  | 30,59    | 218,84                  |
|                  | Булочка Удача                     | 50        | 4,76             | 5,37  | 35,35    | 208,57                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара   | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                   |
|                  | Батон йодированный                | 50        | 3,75             | 1,45  | 25,7     | 131                     |
| Итого за Завтрак |                                   | 550       | 13,88            | 15,2  | 101,66   | 599,72                  |
| Обед             |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                  | Щи из свежей капусты с картофелем | 280       | 2,46             | 5,85  | 11,41    | 109,27                  |
|                  | Тефтели с соусом                  | 120       | 10,12            | 23,68 | 17,4     | 323,6                   |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая        | 180       | 9,12             | 6,29  | 41,18    | 257,45                  |
|                  | Чай с сахаром                     | 200       | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                   |
|                  | Хлеб ржаной                       | 40        | 2,6              | 0,4   | 16,8     | 80                      |
| Итого за Обед    |                                   | 820       | 27,66            | 44,09 | 97,34    | 898,65                  |
| Полдник          |                                   |           |                  |       |          |                         |
|                  | Выпечное изделие                  | 60        | 6,77             | 8,26  | 23,5     | 195,26                  |
|                  | Сок в инд.упаковке                | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                  | Яблоко                            | 120       | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                    |
| Итого за Полдник |                                   | 380       | 8,25             | 8,94  | 55,46    | 343,66                  |
| Итого за день    |                                   | 1 730     | 49,79            | 68,23 | 254,46   | 1 842,03                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.