

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 23

Мокина Н.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

14 июня 2024г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                        | Масса<br>порций | Пищевые вещества (г) |       |               | Энергетическая |
|--------------|---|-----------------|----------------------|-------|---------------|----------------|
|              |   |                 |                      |       |               | ценность       |
|              |   |                 | белки                | жиры  | углево-<br>ды | (ккал)         |
|              | <b>Завтрак</b>                            |                 |                      |       |               |                |
| 221          | Омлет натуральный 159                     | 159             | 15,9                 | 12,1  | 16,8          | 420            |
| 426          | Булочка с маком                           | 85              | 3,6                  | 7,9   | 33,4          | 199,1          |
| 382          | Какао с молоком                           | 200             | 3,76                 | 3,2   | 26,74         | 150,8          |
| 1091         | Хлеб пшеничный                            | 30              | 1,7                  | 0,46  | 9,7           | 46             |
| 1091         | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30              | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1           |
|              | Итого:                                    | 504             | 26,79                | 24,02 | 98,61         | 875            |
|              | <b>Обед</b>                               |                 |                      |       |               |                |
| 71           | Помидоры свежие порционно                 | 60              | 0,72                 | 0,12  | 2,76          | 15,6           |
| 82           | Борщ из свежей капусты                    | 200             | 1,6                  | 2,18  | 16,74         | 93             |
| 294/331      | Котлеты рубленые из курицы с соусом 80/20 | 100             | 17,96                | 11,36 | 12,48         | 276,8          |
| 302          | Макаронные изделия отварные               | 150             | 3,12                 | 5,1   | 18,57         | 132,6          |
| 346          | Компот из апельсинов                      | 200             | 0,08                 | 0     | 27,08         | 108,6          |
| 1091         | Хлеб пшеничный                            | 30              | 1,7                  | 0,46  | 9,7           | 46             |
| 1091         | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30              | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1           |
|              | Итого обед                                | 770             | 27,01                | 19,58 | 99,3          | 731,7          |
|              | Всего:                                    | 1274            | 53,8                 | 43,6  | 197,91        | 1606,7         |