

Утверждено

Директор МБОУ СОШ № 31

С.Д. Старкин

Согласовано

ИП Григорян К.А.

Менюготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания льготной категории детей (в т.ч. Детей инвалидов, детей с ОВЗ) в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ПЯТНИЦА 22.11 2024 г.

Первая неделя

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Гуляш	90	6,50	6,95	11,15	133,15
2	Гречка отварная с маслом	150	3,75	7,35	13,69	135,91
3	Чай фруктовый с яблоками	200	0,20	0,00	13,10	53,20
4	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
5	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	ИТОГО	500,00	15,42	15,59	67,07	470,27

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Творожная запеканка с соусом молочным или джемом	220	9,40	6,10	17,35	161,90
3	Чай фруктовый с яблоками	200	0,20	0,00	131,00	53,20
4	Батон пшеничный	40	3,44	0,20	21,96	103,40
5	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	ИТОГО	500,00	15,64	15,54	184,90	470,42

ОБЕД 2\3

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	60	0,48	0,06	1,56	8,70
2	Суп с клецками	200	0,50	15,98	15,00	205,82
3	Салат из квашеной капусты	200	0,00	0,00	5,60	22,40
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
	ИТОГО	490,00	3,40	16,34	36,80	307,86

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	60	0,48	0,06	1,56	8,70
2	Суп с клецками	200	0,50	15,98	15,00	205,82
3	Жаркое по домашнему	200	20,69	10,10	66,00	437,66
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
6	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	ИТОГО	720,00	26,64	27,43	117,29	822,59

ПОЛДНИК

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Булочка домашняя	80	5,96	10,02	41,70	270,30
2	Сок в тетрапаке	200	0,80	0,00	23,00	94,00
	ИТОГО	280,00	6,76	10,02	64,70	364,30