

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 31

Согласовано
ИП Григорьев К. А.

С.Д. Старкин

Меню приготавливаемых 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 29.11 2024 г.

Вторая неделя

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Ежики мясные	90	9,10	9,50	28,20	234,70
2	Гречка отварная с маслом	150	3,80	4,35	17,69	125,11
3	Соус основной красный	30	0,36	1,42	1,28	14,82
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	500,00	15,72	15,80	67,36	470,00

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Гуляш	90	6,45	6,45	11,25	128,85
2	Рис отварной с маслом сливочным	160	4,69	8,02	26,08	195,26
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
4	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
5	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,38
	ИТОГО	500,00	15,26	15,43	67,23	470,52

ОБЕД 2\3

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из моркови и дайкона	60	0,71	4,62	3,59	58,78
2	Салат из квашеной капусты	200	5,82	7,80	44,10	269,88
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
	ИТОГО	460,00	8,14	12,62	62,49	396,10

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из моркови и дайкона	60	0,71	4,62	3,59	58,78
2	Суп гороховый	200	5,82	7,80	44,10	269,88
3	Гречка отварная	150	2,80	1,35	11,69	70,11
4	Голень/бедро запеченное с соусом	90	15,16	13,05	38,09	330,45
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	710,00	26,95	27,35	117,10	822,35

ПОЛДНИК

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Булочка с повидлом обсыпанная	80	5,76	9,92	31,80	239,20
2	Сок в тетрапаке	200	0,80	0,00	23,00	94,00
	ИТОГО	280,00	6,56	9,92	54,80	333,20