УТВЕРЖДАЮ:

Директор MAOУ CШ N16

Жарич Л.А.

Меню

День 8

« » 2025 г.

Возрастная группа 7-1 l лет лет/12 лет и старше

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Наименование | Ед. изм. | № техн. карты. |
|  | **Завтрак** |  |  |
| 130/5/20  150/5/50 | Пудинг из творога, запеченный с изюмом, с молоком сгущенным | пор. | 38 |
| 200/200 | Какао с молоком | пор. | 82 |
| 20/30 | Хлеб пшеничный | пор. | 88 |
| 135/135 | Фрукты свежие (мандарины) | пор. | 69 |
|  | Пищевая ценности завтрака: Белки- 26r/31,2r; Жиры -23,85r/28,75r.  Углеводы- 57,7r/70,8r: Калорийность – 550,1ккал/667,2ккал |  |  |
|  | Стоимость: |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| 60/100 | Салат картофельный с кукурузой и морковью | пор. | 10 |
| 200/35  250/35 | Суп с вермишелью, с птицей | пор. | 28 |
| 100/120 | Азу | пор. | 50 |
| 150/200 | Картофельное пюре | пор | 64 |
| 200/200 | Сок фруктовый | пор. | 86 |
| 50/80 | Хлеб пшеничный | пор. | 88 |
| 40/50 | Хлеб ржано-пшеничный | пор. | 89 |
|  | Пищевая ценности обеда: Белки- 30,16r/38,92r; Жиры -26,88r/34,1r.  Углеводы- 102,1r/134,4r: Калорийность – 771,6ккал/1001,2ккал |  |  |
|  | Стоимость: |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| 40/40 | Шанежка наливная | пор. | 94 |
| 125/125 | Кисломолочный напиток (йогурт) | пор. | 85 |
|  | Пищевая ценности полдника: Белки- 8,1r/8,1r; Жиры -8,8r/8,8r.  Углеводы- 25,5r/25,5r: Калорийность – 213,7ккал/213,7ккал |  |  |
|  | |  | |
| Итого: | | | |
|  | Пищевая ценности дня: Белки- 64,26r/78,22r; Жиры -59,53r/71,65r.  Углеводы- 185,3r/230,7r: Калорийность – 1535,4ккал/1882,1ккал | | |

Зав производством /