



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 57
Кремер Е.О.

На МЕНЮ
9 ноября
Дети 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
23/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров	100	1,08	5,18	4,27	70,3
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с соусом сметанно-томатным, 100/20	120	14,58	10,95	12,75	211,0
202/М/ССЖ	Макароны отварные	180	6,09	4,34	38,84	218,95
378/М/ССЖ	Чай с молоком	200	1,65	1,27	12,45	68,42
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
Итого за Завтрак		640	26,60	22,14	89,11	668,62
Обед						
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	100	1,57	4,19	8,61	79,1
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 250/10	260	4,93	6,59	12,09	128,12
291/М/ССЖ	Плов с отварной птицей	240	23,08	15,96	40,69	395,06
342/М/ССЖ	Компот из вишни	200	0,16	0,04	13,1	54,29
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,2	0,4	20,8	100
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодоказеином	50	3	0,5	21	100
Итого за Обед		890	35,94	27,68	116,29	856,57
Итого за день		1 530	62,54	49,82	205,40	1525,19

Зав.производством

Савенкова Н.В.

