

Утверждаю

Директор: Ишмухаметова Ф.А.

Меню на 28 января

7 день. Завтрак. 1-4 классы, ОБЗ 5-11 кл, ОБЗ 1-4, ММС, СВО, РП

| наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |             | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------------|-------------|--------------------------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У           |                                |
| Плов из птицы                           | 200          | 12,8                 | 19,81        | 37,5        | 391                            |
| Компот из сухофруктов                   | 200          | 0                    | 0            | 22          | 86                             |
| Хлеб пшеничный                          | 50           | 4                    | 0            | 25          | 118                            |
| Творог для питания детей жирностью 7,6% | 85           | 8                    | 10           | 4           | 120                            |
| <b>Итого</b>                            | <b>535</b>   | <b>24,8</b>          | <b>29,81</b> | <b>88,5</b> | <b>715</b>                     |

**ОБЕД ОБЗ-5-11 классы , СВО 5-11**

| Наименование блюда          | Выход (г) | Энергетическая ценность |
|-----------------------------|-----------|-------------------------|
| Салат степной               | 100       | 128,6                   |
| Борщ с картофелем           | 250       | 186,8                   |
| Макаронные изделия отварные | 150       | 186,8                   |
| Котлеты рубленые из птицы   | 100       | 308,6                   |
| Соус томатный               | 30        | 23,9                    |
| Чай с сахаром               | 200       | 58,4                    |
| Хлеб пшеничный              | 70        | 165,8                   |
| Яблоко                      | 150       | 62                      |
| <b>Итого</b>                |           | <b>1182,9</b>           |

**ОБЕД ОБЗ-1-4 классы**

| Наименование блюда          | Выход (г) | Энергетическая ценность |
|-----------------------------|-----------|-------------------------|
| Салат степной               | 60        | 77,0                    |
| Борщ с картофелем           | 200       | 149,4                   |
| Макаронные изделия отварные | 150       | 186,8                   |
| Котлеты рубленые из птицы   | 90        | 278                     |
| Соус томатный               | 30        | 23,9                    |
| Чай с сахаром               | 200       | 58,4                    |
| Хлеб пшеничный              | 70        | 165,8                   |
| <b>Итого</b>                |           | <b>1119,4</b>           |

Повар: Канчурина В.С.