



*Селищев Н.Н.*



*Согласовано  
Директор МБОУ  
Селищев А.Т.  
2024 г.*

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 12-18 ЛЕТ НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

2 день 2 недели

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	100	1,78	5,12	6,23	78,82	40	2012
АЗУ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ	200	7,56	7,89	14,91	163,11	260	2008
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /СНЕЖОК/	200	5,40	5,00	21,60	158,00	386	2017
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ/ЯБЛОКО/	110	0,44	0,44	10,78	51,70	338	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>18,23</b>	<b>18,70</b>	<b>73,59</b>	<b>546,36</b>		
<b>Обед</b>							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ ТОМАТЫ	100	1,10	0,00	2,40	14,00	70	2017
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3,29	3,96	21,99	141,55	111	2017
РЫБА АППЕТИТНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	200	12,54	15,94	39,28	364,21	385	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,39	1,09	10,08	55,98	378	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09		2020
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2020
МОЛОКО ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА ТП ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	ПП	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1030</b>	<b>31,18</b>	<b>26,56</b>	<b>130,13</b>	<b>904,17</b>		
<b>Полдник</b>							
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	200	11,52	14,95	16,41	238,97	274	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	180	0,14	0,14	12,13	51,25	342.1	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2020
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>12,98</b>	<b>15,27</b>	<b>37,02</b>	<b>331,01</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>62,39</b>	<b>60,53</b>	<b>240,74</b>	<b>1 781,54</b>		