

УТВЕРЖДАЮ
ООО "Мармит"

Исполнительный директор

/Петрова М.А./



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №1

Директор

/Кирсанова А.С./



МЕНЮ

на 11.06.2021 пятница

| Наименование | Вес блюда (гр) | Энерг цен. | Белки | Жиры | Углевод ы |
|---|-------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | | | | | |
| Пельмени мясные отварные со сметаной и маслом | 200/10/10 | 390 | 19,76 | 19,32 | 34,30 |
| Овощи свежие (огурцы) | 60 | 9 | 0,48 | 0,06 | 1,56 |
| Чай с молоком | 200 | 53 | 1,48 | 1,44 | 8,53 |
| Кондитерское изделие | 30 | 96 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| <i>Пищевая ценность</i> | | <i>548</i> | <i>21,72</i> | <i>20,82</i> | <i>68,39</i> |
| Второй завтрак | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 104 | 0,00 | 0,00 | 26,00 |
| <i>Пищевая ценность</i> | | <i>104</i> | <i>0,00</i> | <i>0,00</i> | <i>26,00</i> |
| Обед | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 54 | 1,33 | 1,87 | 8,04 |
| Гуляш из говядины | 50/50 | 207 | 14,25 | 15,54 | 3,50 |
| Каша вязкая пшеничная | 150 | 164 | 3,96 | 7,28 | 20,67 |
| Овощи свежие (огурцы, помидоры) | 30/30 | 10 | 0,54 | 0,08 | 1,75 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 184 | 6,66 | 2,34 | 34,02 |
| Кисель из смеси сухофруктов | 200 | 90 | 0,57 | 0,00 | 21,89 |
| <i>Пищевая ценность</i> | | <i>709</i> | <i>27,31</i> | <i>27,11</i> | <i>89,87</i> |
| <i>Итого за день - Пищевая ценность</i> | | <i>1 361</i> | <i>49,03</i> | <i>47,93</i> | <i>184,26</i> |

Зав.производством

Директор пришкольного лагеря

М. Кирсанова С.М.
З.И. Багайрета Е.И.