



ООО "Мармит"

Исполнительный директор

Петрова М.А./



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №1

Директор

/Кирсанова А.С./

МЕНЮ

на 15.06.2021 вторник

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак					
Биточки из филе курицы с маслом	80/10	213	15,26	12,28	10,41
Макаронные изделия отварные	140	160	4,85	3,97	26,34
Овощи свежие (огурцы)	60	9	0,48	0,06	1,56
Хлеб пшеничный	60	138	4,99	1,76	25,51
Кофейный напиток с молоком	200	71	2,63	2,82	8,82
<i>Пищевая ценность</i>		<i>591</i>	<i>28,21</i>	<i>20,89</i>	<i>72,64</i>
Второй завтрак					
Йогурт	200	123	9,40	2,64	15,47
Кондитерское изделие	30	96	0,00	0,00	24,00
<i>Пищевая ценность</i>		<i>219</i>	<i>9,40</i>	<i>2,64</i>	<i>39,47</i>
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	56	1,49	2,55	6,74
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 (помидоры)	60	13	0,66	0,12	2,28
Хлеб пшеничный	80	184	6,66	2,34	34,02
Сок фруктовый	200	104	0,00	0,00	26,00
<i>Пищевая ценность</i>		<i>728</i>	<i>27,02</i>	<i>27,83</i>	<i>93,21</i>
<i>Итого за день Пищевая ценность</i>		<i>1 538</i>	<i>64,63</i>	<i>51,36</i>	<i>205,32</i>

Зав.производством

Директор пришкольного лагеря

И.И. Мичеева С.И.
В.В. Басарова Ч.И.