

МЕНЮ

на 17.03.2025 г. 8 - й день по нормам для детей

МБОУ «Елатомская СОШ»

№ п/п	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Калорийность	Выход 12 – 18 лет	Калорийность
Завтрак					
1	Сыр твердых сортов	15г	53,7ккал	30г	107,5ккал
2	Каша жидкая молочная гречневая	200г	187,3ккал	250г	234,2ккал
3	Кофейный напиток с молоком	200г	86ккал	200г	86ккал
4	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	45г 25г	105,5ккал 42,7ккал	45г 25г	105,5ккал 42,7ккал
5	Яблоко	120г	53,3ккал	120г	53,3ккал
Дотация					
1	Чай с сахаром			200г	26,8ккал
2	Печенье			65г	168,29ккал
2й завтрак ОВЗ					
1	Вафля	50г	163,7ккал	50г	163,7ккал
2	Яблоко	120г	53,3ккал	120г	53,3ккал
Обед					
1	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60г	70,3ккал	80г	93,8ккал
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200г	110,4ккал	250г	138ккал
3	Горошница	150г	204,8ккал	180г	245,8ккал
4	Шницель из говядины	90г	265,7ккал	100г	295,2ккал
5	Соус красный основной	20г	14,1ккал	50г	35,3ккал
6	Компот из свежих яблок	200г	41,6ккал	200г	41,6ккал
7	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30г 15г	70,3ккал 25,6ккал	30г 15г	70,3ккал 25,6ккал

Ответственный по питанию: Терёшкина Е.А. _____

Повар: Бочкарева С.В. _____