

МЕНЮ

на 04.04.2025 г. 5 - 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	Картофель отварной в молоке	150г	173,7ккал	200г	231,5ккал
2	Котлета рыбная любительская (минтай)	100г	112,3ккал	100г	112,3ккал
3	Соус молочный натуральный	20г	23,8ккал	50г	59,6ккал
4	Кофейный напиток с молоком	200г	86ккал	200г	86ккал
5	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30г 20г	70,3ккал 34,2ккал	30г 20г	70,3ккал 34,2ккал
6	Банан	100г	94,5ккал		
	Дотация				
1	Чай с сахаром			200г	26,8ккал
2	Печенье			65г	168,29ккал
	2й завтрак ОВЗ				
1	Вафли	50г	163,7ккал	50г	163,7ккал
	Обед				
1	Винегрет с растительным маслом	60г	67,1ккал	80г	89,5ккал
2	Суп гороховый	200г	133,1ккал	250г	166,4ккал
3	Каша гречневая рассыпчатая	150г	233,7ккал	180г	280,4ккал
4	Бефстроганов из отварной говядины	90г	188,3ккал	100г	209,3ккал
5	Чай с лимоном и сахаром	200г	27,9ккал	200г	27,9ккал
6	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60г 30г	140,6ккал 51,2ккал	60г 30г	140,6ккал 51,2ккал

Ответственный по питанию: Терёшкина Е.А./_____/

Повар: Бочкарева С.В. _____