

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор: Исаева Г.А.

МЕНЮ

на 10.03.2025 г. 3 - 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	Горошек зеленый	20г	7,4ккал	40г	14,8ккал
2	Омлет натуральный	150г	225,5ккал	200г	300,6ккал
3	Чай с молоком и сахаром	200г	50,9ккал	200г	50,9ккал
4	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	45г 25г	105,5ккал 42,7ккал	25г 45г	105,5ккал 42,7ккал
5	Яблоко	100г	44,4ккал	100г	44,4ккал
	Дотация				
1	Чай с сахаром			200г	26,8ккал
2	Печенье			65 г	168,29ккал
	2й завтрак ОВЗ				
1	Вафли	50г	163,7ккал	50г	163,7ккал
2	Яблоко	120г	53,3ккал	120г	53,3ккал
	Обед				
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200г	119,6ккал	250г	149,5ккал
2	Каша перловая рассыпчатая	150г	187,1ккал	180г	224,5ккал
3	Гуляш из говядины	90г	208,9ккал	100г	232,1ккал
4	Компот из свежих яблок	200г	41,6ккал	200г	41,6ккал
5	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. _____