

МЕНЮ

на 13.03.2025 г. 6 - 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	Каша вязкая молочная пшеничная	150г	206,2ккал	250г	343,6ккал
2	Какао с молоком	200г	100,4ккал	200г	100,4ккал
4	Сыр твердых сортов в нарезке	15 г	53,7ккал	30г	107,4ккал
5	Яйцо вареное	40 г	56,6ккал	40 г	56,6ккал
6	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	40г 25г	93,8ккал 42,7ккал	40г 20г	93,8ккал 42,7ккал
7	Мандарин	100г	35ккал		
Дотация					
1	Чай с сахаром			200г	26,8ккал
2	Печенье			65г	168,29ккал
2й завтрак ОВЗ					
1	Вафли	50г	163,7ккал	50г	163,7ккал
2	Мандарин	100г	35ккал	100г	35ккал
Обед					
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60г	81,5ккал	80г	108,7ккал
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200г	119,6ккал	250г	149,5ккал
3	Плов с курицей	200г	314,6ккал	250г	393,3ккал
4	Чай с сахаром	200г	26,8ккал	200г	26,8ккал
5	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60г 40г	140,6ккал 68,3ккал	60г 40г	140,6ккал 68,3ккал

Ответственный по питанию: Терёшкина Е.А. _____

Повар: Бочкарева С.В. _____