

"Согласовано"

Директор МОУ СШ



ООО "Агрофирма Ярославль"



## Меню

12-18 лет

1 неделя

1 день

| Раздел<br>меню   | Наименование блюда              | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|------------------|---------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|---------------------------------|
|                  |                                 |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                 |
| Завтрак          |                                 |              |                  |       |          |                                 |
|                  | Блинчики с джемом               | 175          | 8,3              | 14,39 | 82,64    | 488,31                          |
|                  | Чай с низким содержанием сахара | 200          | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                           |
|                  | Сок в инд.упаковке/ Фрукт*      | 200          | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                              |
| Итого за Завтрак |                                 | 575          | 9,5              | 14,64 | 112,86   | 621,62                          |
| Обед             |                                 |              |                  |       |          |                                 |
|                  | Суп вермишелевый с мясом        | 260          | 4,5              | 9,95  | 15,71    | 170,64                          |
|                  | Гуляш из свинины                | 100          | 12,54            | 24,53 | 3,58     | 285,32                          |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая      | 200          | 10,13            | 6,99  | 45,76    | 286,06                          |
|                  | Чай с сахаром                   | 200          | 0,2              | 0,05  | 15,01    | 61,26                           |
|                  | Хлеб ржаной                     | 45           | 2,93             | 0,45  | 18,9     | 90                              |
| Итого за Обед    |                                 | 805          | 30,3             | 41,97 | 98,96    | 893,28                          |
| Полдник          |                                 |              |                  |       |          |                                 |
|                  | Выпечное изделие                | 60           | 6,77             | 8,26  | 23,5     | 195,26                          |
|                  | Сок в инд.упаковке              | 200          | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                              |
|                  | Яблоко                          | 120          | 0,48             | 0,48  | 11,76    | 56,4                            |
| Итого за Полдник |                                 | 380          | 8,25             | 8,94  | 55,46    | 343,66                          |
| Итого за день    |                                 | 1 760        | 48,05            | 65,55 | 267,28   | 1 858,56                        |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.