

Дата 26.01.2012

Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ №13



МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ по рецептуре
			Белки	Жиры	Углеводы		
7-11 лет							
Неделя 2 День 9	Омлет натуральный	150	15,4	25,5	2,5	257,1	210
	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,8	
	Хлеб пшеничный	30	1,17	0,3	14,4	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,7	0,6	8,5	51,8	
	Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	66,1	14
	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	382
	Фрукты свежие	1 шт	0,4	0,4	9,87	44,3	338
						623,8	
12-18 лет							
Неделя 2 День 9	Омлет натуральный	200	20,5	34	3,3	342,8	210
	Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	
	Хлеб пшеничный	30	1,17	0,3	14,4	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,7	0,6	8,5	51,8	
	Чай с сахаром	200/15	1,9	2,5	24,8	134	376
						677,1	