



**МЕНЮ**  
школа 5 - 11 классы

08.04.24

НЕДЕЛЯ 2					
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20					
День 6 (Понедельник)					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, калл.
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	250	7.4	10.0	33.4	253.2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0.2	0.0	14.9	61.6
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	7.7	14.9	12.7	224.8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>532</b>	<b>15.3</b>	<b>24.9</b>	<b>61.0</b>	<b>539.5</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1.5	6.9	7.4	98.4
СУП КУРИНЫЙ	250	9.8	15.0	9.5	214.0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4.7	4.2	29.8	175.3
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	100	8.7	19.2	8.6	242.3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.9	115.0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5.3	0.7	33.9	163.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7.6	0.6	50.2	236.8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>960</b>	<b>37.9</b>	<b>46.8</b>	<b>167.3</b>	<b>1 245.0</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>					
АПЕЛЬСИН	100	0.9	0.2	8.1	43.0
ПИРОЖКИ С ВИШНЕЙ	100	4.6	4.0	26.8	162.0
ПЛОВ	250	28.4	29.1	44.9	555.3
РЯЖЕНКА	250	0.1	0.0	18.1	74.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6.1	0.5	40.1	189.5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>40.2</b>	<b>33.9</b>	<b>150.1</b>	<b>1 074.6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>93.3</b>	<b>105.6</b>	<b>378.4</b>	<b>2 859.1</b>