

**МЕНЮ****себестоимость (Дети от 7 до 11 лет)**

| Выход<br>(г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
|--------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|

**завтрак 4 день**

|     |                                  |                                |
|-----|----------------------------------|--------------------------------|
| 150 | <b>макароны отварные с сыром</b> | кКал-217, Бел-8, Жир-7, Угл-31 |
| 200 | <b>чай с молоком с сахаром</b>   | кКал-51, Бел-2, Жир-1, Угл-9   |
| 150 | <b>бананы свежие</b>             | кКал-104, Бел-3, Угл-24        |
| 40  | <b>хлеб в ассортименте</b>       | кКал-58, Бел-2, Угл-14         |

**Итого за завтрак 4 день** кКал-430, Бел-15, Жир-8, Угл-78**обед 4 день**

|        |                                                 |                                |
|--------|-------------------------------------------------|--------------------------------|
| 60     | <b>огурцы свежие порционно</b>                  | кКал-8, Угл-2                  |
| 250/10 | <b>борщ из свежей капусты со сметаной</b>       | кКал-117, Бел-2, Жир-6, Угл-14 |
| 100    | <b>котлета рыбная<br/>любительская (минтай)</b> | кКал-112, Бел-13, Жир-4, Угл-6 |
| 50     | <b>соус сметанный с томатом</b>                 | кКал-15, Жир-1, Угл-2          |
| 150    | <b>каша гречневая рассыпчатая<br/>150</b>       | кКал-263, Бел-8, Жир-7, Угл-43 |
| 200    | <b>компот из свежих плодов</b>                  | кКал-68, Бел-2, Угл-17         |
| 60     | <b>хлеб в ассортименте 60</b>                   | кКал-180, Бел-5, Жир-1, Угл-36 |

**Итого за обед 4 день** кКал-763, Бел-30, Жир-19, Угл-120**Итого за день** кКал-1 193, Бел-45, Жир-27, Угл-198Директор  
школыСергеева  
Татьяна  
Сергеевна

Зав. столовой

Саргсян Тамара  
МихайловнаМедицинский  
работник

Гудошникова  
Ирина  
Борисовна