

ИП Ашихмин С.Н.

"Согласовано"  
И.о. директора  
МБОУ "Лесогорская СОШ"

  
В.А.Бельшева  
М.П.



Меню на  
6 февраля 2025, с 7 до 11 лет

### ЗАВТРАК

| Наименование                                  | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|-------|------|--------------|-------|------|----------|
| Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом | 210   | 62,4 | 197          | 5     | 4    | 35       |
| Чай с сахаром и лимоном                       | 200   |      | 42           | 0,13  | 0,02 | 10       |
| Бутерброд с сыром                             | 40    |      | 193          | 4,9   | 11,6 | 17       |
| Апельсин                                      | 100   |      | 38           | 0,9   | 0,2  | 8        |
| Итого   | 550   |      | 470          | 11    | 16   | 70       |
|   |       |      |              |       |      |          |
| Молоко  | 200   | 14,8 | 113,76       | 6,1   | 5,44 | 10,1     |
|   |       |      |              |       |      |          |

### ОБЕД

|  |     |      |        |      |      |       |
|--|-----|------|--------|------|------|-------|
| Салат из отварной свеклы                 | 60  |      | 56     | 0,86 | 3,65 | 5     |
| Суп из овощей с курой                    | 210 |      | 119    | 3,78 | 7,34 | 9,35  |
| Котлета с соусом                         | 90  | 85,6 | 172    | 9    | 11   | 5     |
| Картофель отварной с маслом растительным | 150 |      | 142,35 | 2,86 | 4,3  | 23    |
| Компот из свежих яблок                   | 200 |      | 110    |      |      | 22    |
| Хлеб пшеничный в/с                       | 20  |      | 47     | 1,58 | 0,2  | 9,6   |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 40  |      | 92     | 2    | 0,44 | 19,76 |
|  |     |      |        |      |      |       |
| Итого                                    | 770 | 148  | 738    | 20   | 27   | 94    |

Ответственный за питание:

Зав. Производством:

Калькулятор: