

ИП Ашихмин С.Н.

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

  
В.А.Бельшева  
М.П.



Меню на  
23 апреля 2025, с 7 до 11 лет

### ЗАВТРАК

| Наименование                                              | Выход | Цена | Калорий-<br>ность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------------------------------------------|-------|------|-------------------|-------|------|----------|
| Каша молочная из риса и пшена "Дружба" с маслом сливочным | 210   | 62,4 | 221               | 10,44 | 14   | 15       |
| Напиток из плодов шиповника                               | 200   |      | 77                | 0,68  | 0,28 | 17,98    |
| Батон пшеничный в/с                                       | 60    |      | 140               | 4,74  | 0,6  | 28,98    |
| Печенье затяжное                                          | 30    |      | 124,35            | 1     | 2    | 10       |
| Итого                                                     | 500   |      | 562               | 17    | 17   | 72       |
|                                                           |       |      |                   |       |      |          |
| Молоко                                                    | 200   | 16   | 113,76            | 6,1   | 5,4  | 10       |
|                                                           |       |      |                   |       |      |          |

### ОБЕД

|                                      |     |      |        |      |      |       |
|--------------------------------------|-----|------|--------|------|------|-------|
| Салат из моркови с яблоками          | 60  |      | 24     | 1    | 0,1  | 5     |
| Борщ с капустой и картофелем и курой | 210 |      | 102,67 | 4    | 5,29 | 10,19 |
| Плов из птицы                        | 200 | 85,6 | 412    | 18   | 18   | 42    |
|                                      |     |      |        |      |      |       |
| Чай с сахаром                        | 200 |      | 28     |      |      | 14    |
| Хлеб пшеничный                       | 20  |      | 47     | 1,58 | 0,2  | 9,66  |
| Хлеб ржано-пшеничный                 | 40  |      | 91,9   | 2,24 | 0,44 | 19,76 |
|                                      |     |      |        |      |      |       |
| Итого                                | 730 | 148  | 706    | 27   | 24   | 101   |

Ответственный за питание:



Зав. Производством:

Калькулятор: