СОГЛАСОВАНО
Генеральный директор
АНО ОО «АКАДЕМИЯ»
_____И.В.Зимарева

МЕНЮ

школа 1 - 4 классы

12.04.24

НЕДЕЛЯ 2

Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

День 10 (Пятница)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,укал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	8.1	8.7	44.2	288.3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.8	3.0	24.4	141.0
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	5.8	9.4	15.5	170.6
Итого за прием пищи:	**450**	**17.6**	**21.2**	**84.0**	**599.9**
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	80	1.3	8.1	5.9	101.4
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1.4	4.8	9.1	89.4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3.7	6.5	24.4	169.2
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	9.4	21.0	7.0	254.7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	19.4	77.4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6.1	0.5	40.1	189.5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5.3	0.7	33.9	163.2
Итого за прием пищи:	**900**	**27.2**	**41.5**	**139.7**	**1 044.6**
Уплотнённый полдник					
БУЛОЧКА "УЛИТКА"	100	7.5	9.5	49.1	311.9
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	100	1,6	0,1	14,3	65,1
КЕФИР	250	5,98	0,2	7,97	61,75
МАКАРОННИК С МЯСОМ	170	19.5	22.6	33.6	415.2
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.8	0.3	25.1	118.4
Итого за прием пищи:	**620**	**31.2**	**32.8**	**117.6**	**892.5**
Всего за день:		**76.1**	**95.5**	**341.4**	**2 537.0**