



"Утверждаю"
 КГУ "Черноярская СОШ"
 с.Новочерноярка
 Руководитель: Айдаболова М.М.

Меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
1 день					
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	8,90	5,80	13,50	142,00
Яблоки	200	0,80	0,80	19,60	94,00
Кисель плодово-ягодный	200	0,10	0,10	18,80	76,40
Хлеб	20	7,70	1,40	3,77	76,20
Итого за день		17,50	8,10	55,67	388,60
2 день					
плов из мяса говядины	200	16,30	23,50	12,20	325,60
Салат из моркови на р/м	60	0,90	5,10	7,10	77,60
Чай черный с сахаром	200	0,50	0,10	25,00	102,60
Хлеб	20	7,70	1,40	3,77	76,20
Итого за день		25,40	30,10	48,07	582,00
3 день					
Филе куриное с овощами	100	26,40	12,10	2,80	225,70
макароны	100	1,60	5,10	10,30	93,50
Компот из сухофруктов	200	0,70	0,00	38,60	156,90
Хлеб	20	7,70	1,40	3,77	76,20
Итого за день		36,40	18,60	55,47	552,30
4 день					
Суп гороховый с мясом говядины	200	12,50	9,50	23,20	228,10
Булочка домашняя	50	4,75	7,60	43,90	262,90
Сок натуральный	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Хлеб	20	7,70	1,40	3,77	76,20
Итого за день		25,95	18,70	91,07	659,20
5 день					
Шницель мясной с соусом	80/30	23,60	29,00	23,70	450,60
Каша гречневая	100	3,20	5,30	19,50	138,20
Чай с лимоном	200	0,50	0,10	15,40	64,60
Хлеб	20	76,20	0,00	0,80	76,20
Итого за день		103,50	34,40	59,40	729,60
Итого за 5 дней		1652,35	109,90	309,68	2911,70
Итого средняя за день		330,47	21,98	61,94	582,34

Зав. производства: _____