



Согласовано
Директор МОУ МОДинской район
ООП № 1 Муниципальной
Компаниция
И.Н. Устьянова



УТВЕРЖДАЮ

С.Н. Попов

Меню

"02" ИЮЛЯ 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,82	20,40	9,52	280,98	569
	Икра кабачковая (или икра промышленного производства)	60	0,62	2,62	3,96	41,15	57
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879
	Яблоко	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		601	19,47	24,28	70,62	584,8	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	2,08	6,14	11,46	109,84	57
	Тефтели мясные (2-й вариант)	90	10,54	8,80	12,47	169,43	287
	Пюре картофельное с маслом	150	3,99	4,38	27,14	165,87	572.1
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879
	Сок фруктовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г
	Мороженое Пломбир	80	5,04	4,50	8,46	94,5	384
ИТОГО ЗА ОБЕД		846	25,62	24,7	123,44	788,28	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1447	45,09	48,98	194,06	1373,08	

Повар

С.С.С.С.