

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 1»

А. В. Блуднев

2011 г.



## Меню приготавливаемых блюд

« 8 » февраля 2011 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-6 лет / 7-11 лет / 12 лет и старше

| Прием пищи<br>Неделя<br>День | Наименование               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая<br>ценность | N<br>рецепту<br>ры |
|------------------------------|----------------------------|--------------|------------------|------|----------|----------------------------|--------------------|
|                              |                            |              | Белки            | Жиры | Углеводы |                            |                    |
| завтрак                      | Салат из свеклы с курицей  | 60           | 0,5              | 3,0  | 1,5      | 320                        | 84                 |
|                              | Яичница с сыром            | 90           | 4,0              | 4,1  | 10,0     | 135,5                      | 835                |
|                              | Котлета котлет. с овощами  | 150/15       | 3,3              | 4,8  | 21,3     | 182,1                      | 102                |
|                              | Сыр                        | 200          | 4,0              | 0,2  | 20,2     | 92,0                       | 385                |
|                              | Молоко питьевое            | 30           | 2,3              | 0,2  | 15,1     | 41,0                       |                    |
|                              | Молоко питьевое            | 30           | 1,7              | 0,3  | 14,8     | 69,6                       |                    |
| Итого за завтрак             |                            | 565          | 15,8             | 18,6 | 83,9     | 527,2                      |                    |
| обед                         | Булочка                    | 60           | 0,9              | 6,1  | 44       | 46,0                       | 67                 |
|                              | Картофельное пюре          | 200          | 1,9              | 4,1  | 13,2     | 94,6                       | 96                 |
|                              | Котлета котлет. с сыром    | 90           | 4,2              | 4,3  | 10,6     | 120,2                      | 834                |
|                              | Автоматический овощной сок | 150          | 5,4              | 4,2  | 24,3     | 134,1                      | 203                |
|                              | Котлет из св. мяса         | 200          | 4,2              | 4,2  | 28,1     | 111,1                      | 342                |
|                              | Молоко питьевое            | 30           | 1,7              | 0,3  | 14,8     | 69,6                       |                    |
| Итого за обед                |                            | 30           | 2,3              | 0,2  | 15,1     | 41,0                       |                    |
| Итого за день                |                            | 890          | 25,1             | 29,9 | 144,4    | 828,4                      |                    |

Медсестра

*А. В. Смолчурская*