

## Меню приготавливаемых блюд

«11» февраля 2012 г.

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ  
 «Михайловская средняя школа»  
 А.С. Абдулвелиев  
 «11» февраля 2012 г.

| Прием пищи<br>Неделя<br>День | Наименование                   | Блюда | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая<br>ценность | N<br>рецепту<br>ры |
|------------------------------|--------------------------------|-------|--------------|------------------|------|----------|----------------------------|--------------------|
|                              |                                |       |              | Белки            | Жиры | Углеводы |                            |                    |
| завтрак                      | оладьи по рецепту              |       | 60           | 0,5              | 0,1  | 11,5     | 84                         | 27                 |
|                              | блинчики с соусом              |       | 90           | 9,1              | 10,5 | 10,8     | 187,6                      | 268                |
|                              | кисель фруктовый               |       | 150          | 4,6              | 4,9  | 20,3     | 144,2                      | 303                |
|                              | чай с сахаром                  |       | 100          | 0,1              | 0,0  | 7,0      | 28,3                       | 386                |
|                              | чай с мелиссой                 |       | 30           | 2,3              | 0,2  | 15,1     | 77,0                       |                    |
|                              | чай мятный                     |       | 30           | 1,7              | 0,3  | 14,8     | 69,6                       |                    |
| Итого за завтрак             |                                |       |              | 18,3             | 16,0 | 69,5     | 497,6                      |                    |
| обед                         | салат из вар-х овощей с соусом |       | 60           | 0,5              | 3,0  | 1,5      | 38,0                       | 27                 |
|                              | дринч                          |       | 100          | 1,4              | 4,0  | 0,9      | 81,6                       | 22                 |
|                              | фруктовый салат с соусом       |       | 30           | 8,1              | 2,6  | 8,3      | 84,9                       | 240                |
|                              | рис отваренный                 |       | 150          | 3,8              | 5,3  | 58,9     | 218,0                      | 304                |
|                              | кисель из яблок и груш         |       | 200          | 0,2              | 0,2  | 18,4     | 88,3                       | 344                |
|                              | чай фруктовый                  |       | 30           | 1,2              | 0,3  | 14,8     | 69,6                       |                    |
|                              | чай мелиссовый                 |       | 30           | 2,3              | 0,2  | 15,1     | 81,0                       |                    |
| Итого за обед                |                                |       |              | 17,0             | 15,6 | 105,9    | 638,4                      |                    |
| Итого за день                |                                |       |              |                  |      |          |                            |                    |

Медсестра

*С.И. Стамбулбаева А.В.*