

"Согласовано"

Директор МОУ СШ 

ООО "Агрофирма-Ярославль"



## Меню

12-18 лет

1 неделя 5 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
	Котлета мясная рубленая школа	100	15,25	28,84	16,07	386,88
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,12	6,29	41,18	257,45
	Помидор свежий	40	0,44	0,08	1,52	9,6
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,2	0,05	10,02	41,31
	Лимон	5	0,05	0,01	0,15	1,7
	Батон йодированный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за Завтрак	565	28,06	36,43	89,5	801,74
<b>Обед</b>						
	Щи из свежей капусты с картофелем	280	2,46	5,85	11,41	109,27
	Гуляш из свинины	100	12,54	24,53	3,58	285,32
	Макаронные изделия отварные	200	9,51	5,76	60,71	332,98
	Напиток из яблок сушеных	200	0,24	0,01	20,46	83,69
	Хлеб ржаной	45	2,93	0,45	18,9	90
	Итого за Обед	825	27,68	36,6	115,06	901,26
<b>Полдник</b>						
	Рулет эстонский	100	12,56	14,94	46,39	370,99
	Сок	200	1	0,2	20,2	92
	Итого за Полдник	300	13,56	15,14	66,59	462,99
	Итого за день	1 690	69,3	88,17	271,15	2 165,99

Директор  Ивченко С.В.

Бухгалтер  Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством 