

Директор МБОУ
«Гимназия» №11
Моисеев Н.А.



«19» 05 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

ЗАВТРАК

Наименование	Выход	Содержание на 1 порцию			
		Б	Ж	У	Эц, Ккал
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	210	7,04	10,42	22,12	193,64
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00
Джем/Повидло	20	0,10	0,00	14,32	57,68
Итого:	505,00	15,56	15,45	79,42	474,20

ОБЕД

Наименование	Выход	Содержание на 1 порцию			
		Б	Ж	У	Эц, Ккал
Суп картофельный с бобовыми и курой отварной	200	4,39	4,22	13,06	107,80
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67
Рассольник с курой	210	4,10	4,50	13,60	104,00
Печень по-Строгановски	90	9,93	10,11	3,17	166,50
Греча отварная рассыпчатая	150	3,83	5,17	35,84	230,45
Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20
Итого:	980	30,38	30,04	120,86	911,13
Итого за день:	1485,00	45,94	45,49	200,28	1385,33

Зав. производством: _____