Согласовано
Директор МОБУ Гимназия № 14
_____ Морозова Л.С.

МЕНЮ
на 15.02.2021 понедельник
МОБУ Гимназия № 14 г. Белорецк

№ рец.	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кал.
			Белки	Жиры	Углеводы	

Дети 7 -11 лет

Завтрак 1

1	Сыр (порциями)	10	3	3		36
17	Котлеты из птицы с томатным соусом	60/30	10	11	8	171
43	Макаронные изделия отварные	150	6	5	36	212
43	Чай с молоком	150/50	1	2	12	70
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	2		14	71
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		*500*	*22*	*21*	*70*	*560*
Стоимость питания за день по категориям			**57,43**			

ММС 11-17 лет

Завтрак 1

1	Сыр (порциями)	10	3	3		36
17	Котлеты из птицы	60	10	11	8	171
43	Макаронные изделия отварные	150	6	5	36	212
43	Чай с молоком	150/50	1	2	12	70
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	40	3		15	73
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		*460*	*23*	*21*	*71*	*562*
Стоимость питания за день по категориям			**55,00**			

ИНВ 7-11 лет

Завтрак 1

1	Сыр (порциями)	10	3	3		36
81	Масло сливочное (порциями)	10	10	11	8	171
	Каша овсяная «Геркулес» молочная	180/5	6	5	36	212
45,01	Какао с молоком	150/50	1	2	12	70
75,02	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		*435*	*22*	*21*	*70*	*560*

Обед

5,04	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1	6	6	82
15,2	Рассольник домашний на	200/5	12	9	12	180

	мясном бульоне со сметаной					
48,08	Плов из отварной говядины	30/150	13	16	39	350
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12	128
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50
75,14	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	25	2		12	59
ИТОГО ЗА ОБЕД:		*715*	*30*	*31*	*91*	*849*
Стоимость питания за день по категориям			**100,00**			

РОД 11-17 лет

Завтрак 1

	Сыр порционно	10	3,4	2,7	14	162
	Макаронные изделия	150	6,8	12,1	42	302,6
	Котлета из курицы	80/5	11,7	13,2	39,4	260
	Кисель	200	0,1	0	26,4	92
	Хлеб	40	2,72	0,48	3,31	92,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		*485*	*19,5*	*19,8*	*83,5*	*714,13*
Стоимость питания за день по категориям			**65,00**			