

"Согласовано"

Директор МОУ СШ

*Милишников*

ООО "Агрофирма-Ярославль"

## Меню

12-18 лет

2 неделя



| Раздел меню      | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|-------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак          |                                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Котлета мясная                                  | 100       | 15,81            | 29,8  | 12,06    | 379,74                  |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая                      | 200       | 10,13            | 6,99  | 45,76    | 286,06                  |
|                  | Сыр порционный                                  | 10        | 2,6              | 2,61  |          | 34,4                    |
|                  | Чай с низким содержанием сахара с лимоном 200/5 | 205       | 0,25             | 0,06  | 10,17    | 43,01                   |
|                  | Батончик к чаю                                  | 35        | 2,63             | 1,02  | 17,99    | 91,7                    |
| Итого за Завтрак |                                                 | 550       | 31,42            | 40,48 | 85,98    | 834,91                  |
| Обед             |                                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Суп вермишелевый с мясом 250/20                 | 270       | 6,5              | 14,61 | 15,71    | 220,62                  |
|                  | Тефтели с соусом 70/50                          | 120       | 10,12            | 23,68 | 17,4     | 323,6                   |
|                  | Рис отварной                                    | 200       | 5,09             | 5,22  | 53,36    | 280,74                  |
|                  | Чай с низким содержанием сахара                 | 200       | 0,2              | 0,05  | 10,02    | 41,31                   |
|                  | Хлеб ржаной                                     | 35        | 2,28             | 0,35  | 14,7     | 70                      |
| Итого за Обед    |                                                 | 825       | 24,19            | 43,91 | 111,19   | 936,27                  |
| Полдник          |                                                 |           |                  |       |          |                         |
|                  | Выпечное изделие                                | 100       | 11,28            | 13,77 | 39,16    | 325,43                  |
|                  | Сок в инд.упаковке                              | 200       | 1                | 0,2   | 20,2     | 92                      |
|                  | Яблоко                                          | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47                      |
| Итого за Полдник |                                                 | 400       | 12,68            | 14,37 | 69,16    | 464,43                  |
| Итого за день    |                                                 | 1 775     | 68,29            | 98,76 | 266,33   | 2 235,61                |

Директор

Бухгалтер

Зав. производством

*Милишников*

Милишников П.А.

Стремянова Ю.Ю.

*Шульпина Н.Н.*