



Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

## ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Вторник 16.04.2024

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ	Масса				
	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	эн ц ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	185	7,8	1,41	26,65	180,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	76,2
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	520	15,47	15,91	67,01	470,04

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

### ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,62	6,565	28,84	211,9
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	25	0,9	0,025	2,45	13,75
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,2
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,72	0,1	10,98	50,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	525	15,39	15,8	67,53	472,15

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

### ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	60	0,55	0	5,59	58,5
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	0,4	16,96	2	220
ПЛОВ	200	18,4	5,57	41,05	217,94
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,89	0,13	31,99	131,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	700	23,55	23,52	100,05	728,46

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

### ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	60	0,55	0	5,59	58,5
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	0,4	16,06	2	220
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ ПО ДОМАШНЕМУ	150	12,92	7,1	26	57,6
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	5,34	0,65	15,89	132,46
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,89	0,13	31,99	131,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	9,66	51,8
Итого за прием пищи:	740	23,41	24,8	100,89	700,58

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл