



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

## ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Среда 17.04.2024

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн ц ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	170	12,32	7,15	34,85	248,98
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,2
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:	510	15,35	15,75	66,92	469,08

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн ц ккал
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫРНИКИ	165	11,5	7,09	8,5	140
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,89	0,13	31,99	131,8
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:	505	15,42	15,82	66,96	469,7

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 1 ВАРИАНТ	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн ц ккал
САЛАТ СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,42	7,25	1,32	72,12
СУП ГОРОХОВЫЙ	200	6,82	7,8	44	318,5
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	7,95	7,58	0,5	53,5
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	0,6	34,5	166,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,9
Итого за прием пищи:	710	22,75	23,76	99,95	704,92

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн ц ккал
САЛАТ СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,42	7,25	1,32	72,12
СУП С ГОРОХОМ И МЯСОМ	200	12,35	5,95	35,19	70,19
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	90	4,41	4,95	11,79	220,08
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,12	5,12	32,08	248,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,9
Итого за прием пищи:	710	22,76	23,8	100,01	704,99

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл