



УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ Гимназия № 29  
Пижник И.В.



Меню приготовляемых 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

Четверг 18.04.2024  
ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

Масса порц Белки, г Жиры, г Углеводы, эн ц ккал

	Масса порц	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, эн ц	ккал
ПЕЛЬМЕНИ ДОМАШНИЕ С МАСЛОМ	180	12,5	15,1	36,89	326,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	5,6	22,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,61	0,2	9,76	48,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,85	0,33	4,83	25,9
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	47
Итого за прием пищи:	510	15,36	15,83	66,98	470,02

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,05	8,25	0,1	74,7
СЫР	15	4,64	5,9	8,85	71,66
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	7,6	1,37	25,97	175,76
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	5,04	19,98
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,2	9,9	47
БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,15	16,47	76,2
Итого за прием пищи:	515	15,27	15,87	66,33	465,3

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 1 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	0	2	23	180,5
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	200	0,83	2,45	9,99	155,93
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	90	6	11	22,98	251,67
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ ПО ДОМАШНЕМУ	150	12,92	7,1	26	57,6
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	22,21	23,08	101,6	740

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	0	2	23	180,5
РАССОЛЬНИК ПО ЛЕНИНГРАДСКИ	200	0,83	2,45	9,99	155,93
КАША РИСОВАЯ С МЯСОМ	180	19,47	18,75	48,01	274,19
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:	650	22,76	23,73	100,63	704,92

Дополнительный прием: молоко в индивидуальной упаковке 200 мл