

МЕНЮ для организованного питания детей общеобразовательных школ с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет и с 12 до 18 лет г. Мурманск.

На «4» Мая 2021 г.

Согласовано:
Директор учебного заведения

Директор МАУО «ЦШП»
Любетко М.А.

19 день

| Наименование блюда | с 7 до 11 лет | | с 12 до 18 лет | |
|-----------------------|------------------|--------------------|------------------|--------------------|
| | Выход блюда, гр. | Калорийность, ккал | Выход блюда, гр. | Калорийность, ккал |
| Завтрак | | | | |
| Ветчина в форме | 20 | 102,80 | 20 | 102,80 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 94,00 | 50 | 117,50 |
| Каша пшеничная вязкая | 190 | 279,11 | 240 | 352,56 |
| Какао с молоком | 200 | 144,00 | 200 | 144,00 |

Обед

| | | | | |
|---|-----|--------|-----|--------|
| Салат из свеклы с сыром и чесноком | 60 | 79,80 | 100 | 133,00 |
| Щи из свежей капусты (без картофеля) | 250 | 77,00 | 250 | 77,00 |
| Картофельная запеканка с мясом | 150 | 497,81 | 150 | 497,81 |
| Хлеб ржаной | 30 | 52,20 | 70 | 121,80 |
| Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) | 200 | 81,00 | 200 | 81,00 |
| Плоды свежие (яблоко) | 100 | 47,00 | 100 | 47,00 |

Полдник 20-25%

| | | | | |
|-----------------------------------|-----|--------|-----|--------|
| Шницель мясной с соусом сметанным | 105 | 164,00 | 105 | 164,00 |
| Картофель отварной с луком | 160 | 235,56 | 200 | 294,45 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 70,50 | 45 | 105,75 |
| Сок фруктовый (апельсин) | 200 | 120,00 | 200 | 120,00 |

Полдник 15%

| | | | | |
|--|-----|--------|-----|--------|
| Продукт кисло-молочный сладкий «Снежок» Вологжанка 2,5 % | 200 | 161,60 | 200 | 161,60 |
| Рожок песочный с маком | 60 | 274,10 | 75 | 342,63 |