



<https://docviewer.vandev.nl/view/381554580/28690-68?T=De+Erven+Van+der+Wijk>



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курочка"

Урманчина Г. П.



Меню ОБЗ младшие

Всего (кг)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиромы (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Макаронные изделия <i>отварные</i> макаронные изделия, масло сливочное	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-75
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
100	Йогурт	Калорийность-67, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-7
50	Филе курицы тушеное филе курицы (полуфабрикат), морковь, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-35, Жиры-3, Углеводы-3
200	Чай с сахаром сахар, чай быстрого заваривания 1-го сорта 100г	Калорийность-37, Углеводы-10
Итого за Завтрак		Калорийность-409, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-111
Обед		
40	Салат из картофеля с солеными огурцами картофель, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-14
210	Суп картофельный с бобовыми и гренками картофель, хлеб пшеничный, крупа зернов. колотая, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное	Калорийность-191, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-50
80	Рыба тушеная в томатном соусе филе рыбы, морковь, помидоры, лук репчатый, масло растительное, сахар	Калорийность-105, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-3
150	Пюре картофельное картофель, молоко, масло сливочное	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14
180	Компот из яблок и рябины черноплодной яблоки, рябина заморозленная, сахар	Калорийность-51, Углеводы-15
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-564, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-109
Итого за день		Калорийность-973, Белки-31, Жиры-25, Углеводы-220



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ

И.И. Н.И. Гринцов

19.03.2021

Звезда

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Минский район

Меню Начальные классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Звезда-Курсы"

Урманцова Г.И.



19.03.2021

ДОКУМЕНТ

Выдач	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), минералы (мг)
	<u>Завтрак</u>	
50	Филе курицы тушеное с овощами <i>филе курицы (полуфабрикат), морковь, лук репчатый, масло растительное</i>	Калорийность-79, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-3
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-75
180	Чай с сахаром <i>сахар, чай зеленого чая 1-го сорта 700г</i>	Калорийность-34, Углеводы-9
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
100	Йогурт	Калорийность-67, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-7
Итого за Завтрак		Калорийность-450, Белки-20, Жиры-10, Углеводы-112
Итого за день		Калорийность-450, Белки-20, Жиры-10, Углеводы-112



Согласовано

Директор МОБУ

С.С. Ковалев

И.И. Ковалев

Зуб

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курок"

Урманшин Г.Ш.



Меню ММС младшие

Выход (г)	Наименование блюда	э.в. ден. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мкг)
Завтрак		
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, варено-салатовые	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-75
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
100	Йогурт	Калорийность-67, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-7
50	Филе курицы тушеное филе курицы (подрезанное), морковь, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-35, Жиры-3, Углеводы-3
200	Чай с сахаром сахар, чай высшего сорта 1-го сорта 100г	Калорийность-37, Углеводы-10
Итого за Завтрак		Калорийность-409, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-111
Итого за день		Калорийность-409, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-111



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой Кутур"

Урманшина Г.Н.



Меню Школа старшие

Выход (г.)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиромы (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, масло сливочное	Калорийность-260, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-75
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
50	Филе курицы тушеное филе курицы (искусственно), морковь, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-35, Жиры-3, Углеводы-3
200	Чай с сахаром сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г	Калорийность-37, Углеводы-10
210	Суп картофельный с бобовыми и гренками картофель, хлеб пшеничный, гречка перловая, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное	Калорийность-191, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-50
Итого за Завтрак		Калорийность-533, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-154
Итого за день		Калорийность-533, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-154



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой Кутур"

Урманшина Г.Н.



Меню ММС старшие

Выход (г.)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиромы (г), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
100	Йогурт	Калорийность-67, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-7
50	Филе курицы тушеное филе курицы (искусственно), морковь, лук репчатый, масло растительное	Калорийность-35, Жиры-3, Углеводы-3
200	Чай с сахаром сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г	Калорийность-37, Углеводы-10
185	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, масло сливочное	Калорийность-247, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-92
Итого за Завтрак		Калорийность-456, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-128
Итого за день		Калорийность-456, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-128