



Утверждено: _____
 Директор МКОУ Бальнеологической СОШ № 5 _____ Т.И. Лазарев

на 16 февраля 2023 года

М Е Н Ю
 по МКОУ Бальнеологической СОШ № 5

Наименование блюда

	Выход (г)		Среднее содержание	Жиры кислоты	Белки	Жиры	Угле- воды
	7- 11 лет	старе- ше					
Завтрак							
Салат из овощей с майонезом	80	100	3,25 / 3,58	66,16	1,92	3,9	5,14
Суп картофельный с мясом и овощами	200	300	20,30 / 21,29	5,13	5,51	16,13	
Дрожжи с маслом	200	350	10,35 / 10,19	4,93	6,4	58,2	
Сыр творожный	35	50	1,05 / 1,15	14,61	0,24	1,24	2,39
Шницель из свинины	100	100	35,40 / 35,40	10,20	14,14	15,60	
Чай с сахаром	200	200	3,10 / 3,10	0,33	-	14,19	
Каша манная	85	100	5,43 / 5,77	10,90	4,56	6,4	29,12
Каша гречневая	40	60	3,39 / 3,69	12,10	6,10	1,78	10,10
Кефир	95	95	15,00 / 15,00				
Обед							
Мясная котлета с овощами	200	300	11,10 / 11,45	12,49	6,74	10,40	15,99
Салат	200	300	16,00 / 16,00	0,90	-	5,2	
Каша манная	75	100	5,43 / 5,77	10,90	4,56	6,4	29,12
Сыр творожный	40	50	3,10 / 3,10	0,33	-	1,49	

Итого: _____
 Подпись: _____ Е.Н. Дубровинна