

Утверждаю
Директор МБОУ "СОШ №38 " г. Грозного

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
(ЗАВТРАКИ)

В.В.В.

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г
Понедельник	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14
	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Итого	500	14,52	17,6	75,84
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Итого	500	11,59	11,06	95,69
Среда	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Итого	500	22,91	32,55	53,38
Четверг	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Итого	500	15,42	12,07	92,32
пятница	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9
	Итого	500	25,18	16,65	49,83
Понедельник	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	15	0,12	12,3	0,19
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8
	Итого	500	23,72	23,68	86,89
Вторник	Сырники из творога запеченные	100	15,8	5,3	17,9
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8
	Итого	500	26,74	22,45	102,67
	Запеканка из творога	150	23,85	11,55	22,5

Среда	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Итого	500	29,89	20,85	73,07
четверг	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Итого	500	17,55	17,66	95,8
пятница	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14
	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0,16	16,4	0,26
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8
	Итого	500	14,4	33,57	93,81