

**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 «16» марта 2021 г.

Согласовано:

Директор учебного заведения

*Т.С. Касьяменко*

16 день



Наименование блюда	с 7 до 11 лет		с 12 до 18 лет	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» вязкая	180	272,32	230	351,73
Бутерброд с маслом	30	147,00	30	147,00
Какао с молоком сгущенным	200	118,00	200	118,00
Фрукты свежие (апельсин)	100	43,00	100	43,00

**Обед**

Икра кабачковая	60	73,20	100	122,00
Суп картофельный с горохом	230	99,36	250	108,00
Голубцы ленивые с соусом сметанным	200	292,44	200	292,44
Хлеб пшеничный	60	141,00	80	188,00
Фрукты свежие (банан)	100	96,00	100	96,00
Компот из смеси ягод	200	110,00	200	110,00

**Полдник 20-25%**

Тефтели из рыбы (т.п.) соус томатный	120	195,70	120	195,70
Каша гречневая рассыпчатая	150	253,05	210	354,38
Хлеб пшеничный	25	58,75	25	58,75
Компот из смородины черной	200	71,00	200	71,00

**Полдник 15%**

Ряженка	200	100,00	200	100,00
Гребешок из дрожжевого теста	60	322,20	60	322,20

*М.А. Любетко (Молова И.А.)*