



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных бюджетных образовательных учреждениях Бокситогорского района

Возрастная категория 7 - 11 лет

« 25 » января 2021 г.

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции (гр) | Пищевые вещества (гр) |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                                                       |                   | Белки                 | Жиры         | Углеводы      |                               |
| 1                                                     | 2                 | 3                     | 4            | 5             | 6                             |
| <b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>                           |                   |                       |              |               |                               |
| Каша овсяная молочная с маслом сливочным              | 200/5             | 7,92                  | 10,20        | 33,00         | 256,00                        |
| Бутерброд с сыром                                     | 20/20             | 6,08                  | 3,44         | 19,00         | 136,00                        |
| Кофейный напиток с молоком                            | 200               | 3,20                  | 2,70         | 15,90         | 79,00                         |
| Кондитерское изделие (печенье овсяное)                | 20                | 2,50                  | 2,50         | 38,75         | 162,60                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           |                   | <b>19,70</b>          | <b>18,84</b> | <b>106,65</b> | <b>633,60</b>                 |
| <b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>                              |                   |                       |              |               |                               |
| Винегрет овощной с растительным маслом                | 60                | 0,78                  | 6,10         | 4,08          | 77,34                         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной | 250/15/5          | 2,88                  | 4,90         | 21,88         | 147,09                        |
| Печень тушеная в соусе                                | 50/50             | 13,17                 | 7,70         | 5,50          | 144,00                        |
| Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным         | 150/5             | 8,40                  | 5,22         | 38,74         | 223,20                        |
| Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"           | 200               | 1,00                  | 0,20         | 29,10         | 120,00                        |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 45                | 2,47                  | 0,54         | 16,30         | 82,03                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           |                   | <b>28,70</b>          | <b>24,66</b> | <b>115,60</b> | <b>793,66</b>                 |

Зав. производством Максимова А.В.