

Утверждаю
 Директор МБОУ «ООШ с. Правые Кумаки»
 Бянкин Н.А.
 1 июня 2021 года



ПРИМЕРНОЕ 10 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 для питания детей в ЛОУ дневного пребывания
 при МБОУ «ООШ с. Правые Кумаки»

ДЕНЬ 1							
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Выход, г	Химический состав			
				Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак				21	25	82	611
Суп молочный с крупой (№161-Л)			250	7,0	7,9	24,2	189,9
молоко питьевое пастеризованное	125	125					
вода	138	138					
крупя рисовая	15	15					
масло сливочное	2	2					
сахар	3	3					
Бутерброд горячий с сыром (№10-Л)			60	8,8	13,4	16	215,8
хлеб пшеничный или батон	30	30					
сыр	27	25					
масло сливочное	5	5					
Кофейный напиток (№692-Л)			200	3	3,4	18	110,1
кофейный напиток	8	8					
сахар	20	20					
молоко питьевое пастеризованное	50	50					
вода	172	172					
Банан			160	1,8	0,0	23,5	95,2
Обед				23	26	115	754
Овощи свежие с зеленью (М- таб.24)			80	0,5	0,2	2,6	13,5
помидоры свежие парниковые	38	37					
огурцы свежие парниковые	41	40					
зелень свежая (укроп или петрушка)	4	3					
Щи из свежей капусты с картофелем, с курой, со сметаной (№124-Л)			250/13/5	4,3	5,3	10,5	104,3
Цыпленок-бройлер	46	25					
капуста белокочанная свежая	63	50					
Картофель с 01.03. - 40%	50	30					
морковь с 01.01 - 25%	13	10					
лук репчатый	12	10					