



Директор

Утверждаю
Е.Ю.Островский

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» на 5.02.2023г

№ тех карты	Наименование блюда	Масса порции	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ЭЦ
Завтрак 7-11 лет						
25	Каша манная	230	6	3	3	194
382	Какао с молоком	200	4	4	1	119
пр	Хлеб	100	8	1	1	235
2	Бутерброд с повидлом	140	2.36	8.49	18.42	159.1
Второй завтрак 7-11 лет						
пр	Банан	300	0	0	9	47
Обед 7-11 лет						
34	Салат из моркови	100	1	0	4	17
138	Суп «Крестьянский»	250	9.2	7.9	7.2	153.9
пр	Пельмени с маслом сливоч.	130	22.0	21.9	0.06	218.4
60	Кисель	200	1	0	9.9	106
пр	Хлеб	100	8	1	1	235
Полдник						
пр	Сок	200	0	0	10	47
пр	Булочка	100	6	10	45	291
Ужин						
312	Картофельное пюре	150	3	5	20	137
287	Голубцы	110	14	11	22	231
376	Чай с сахаром	200	0	0	15	62
пр	Хлеб	100	8	1	1	235
пр	Пряник	100	9	10	36	261
Второй ужин						
пр	Йогурт	200	2,8	3,2	16,0	87

Шеф-повар В.В.Федорова