Согласовано:

Директор

ГБОУ СОШ №99 "СТАРТ"

Резниченко Е.А._____

Утверждаю:

Генеральный директор

АО "Артис-Детское питание"

_____ **Ляско М.З.**

МЕНЮ (кадеты 5-8 классы)

ДАТА: 11.11

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 день					
Завтрак					
Яйцо вареное	40	5,70	4,80	0,30	68,00
Бутерброд с маслом сливочным	30	1,70	8,70	10,70	130,80
Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	230	10,30	11,80	40,80	311,00
Кофейный напиток	200	3,70	2,50	21,10	122,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Фрукты свежие	250	1,00	0,80	25,80	117,50
Итого за прием пищи:	**780**	**24,80**	**29,65**	**114,60**	**833,70**
Обед					
Салат зеленый с огурцами с маслом растительным (1 вар.)	100	1,20	8,30	8,20	113,80
или Салат овощной с маслом растительным (2 вар.)	100	1,20	8,50	10,60	123,70
Рассольник с птицей и сметаной	265	5,40	8,80	14,05	160,10
Котлеты рыбные любительские	120	15,10	5,90	6,70	140,00
Рис отварной	200	4,90	8,40	43,80	270,70
Сок фруктовый	200	1,40	0,20	26,40	113,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	80	6,40	2,80	42,40	224,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	80	5,20	0,70	34,00	163,20
Итого за прием пищи (1 вар.):	**1045**	**39,60**	**35,10**	**175,55**	**1184,80**
Итого за прием пищи (2 вар.):	**1045**	**39,60**	**35,30**	**177,95**	**1194,70**

Заведующий производством (Буфетчик)_____