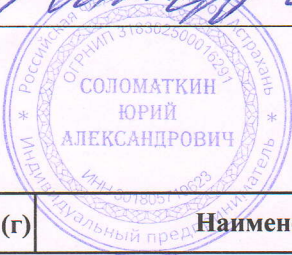


СОГЛАСОВАНО:

ИП Соломаткин Ю.А.

 Ю.А.Соломаткин  
2024



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ г.Астрахани Гимназия №2

 С.В.Еремина  
2024



## Меню 7-11

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
250	<b>Каша пшениная</b> <i>молоко, крупа пшено, масло сливочное, сахар-песок</i>	кКал-380, Бел-11, Жир-16, Угл-48
40	<b>Масло сливочное</b>	кКал-299, Жир-33
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-94, Бел-3, Угл-20
200	<b>Чай с лимоном.</b> <i>чай заварка, сахар-песок, лимоны</i>	кКал-61, Угл-15
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-834, Бел-14, Жир-49, Угл-83
<u>Обед</u>		
60	<b>Овощи натуральные свежие</b> <b>(огурцы)</b>	кКал-6
200	<b>Борщ с капустой и картофелем,</b> <i>свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат-пюре, масло растительное, сахар-песок</i>	кКал-88, Бел-1, Жир-4, Угл-9
90	<b>Котлеты рыбные</b> <i>сазан, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйцо</i>	кКал-138, Бел-3, Жир-9, Угл-12
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель, молоко, масло сливочное</i>	кКал-138, Бел-3, Жир-7, Угл-16
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты (смесь), сахар-песок</i>	кКал-110, Бел-1, Угл-27
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-71, Бел-2, Угл-15
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	кКал-54, Бел-2, Угл-10
<b>Итого за Обед</b>		кКал-605, Бел-12, Жир-20, Угл-89
<b>Итого за день</b>		кКал-1 439, Бел-26, Жир-69, Угл-172