

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГКОУ ЛО

"Волховская школа"

Ю.И. Горданов

« 25 » октября 2018 г.



СОГЛАСОВАНО

ВРИО начальника территориального отдела

УФ службы по надзору в сфере

защиты прав потребителей и

благополучия человека по

Ленинградской обл. в Волховском р-не

И.С. Логинова

2018 г.



ГКОУ ЛО "Волховская школа"
пр. Державина, дом 65

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

ШКОЛЬНИКИ 7 - 11 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ		60	0,8	7,9	4,2	90,1
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ		200	8,5	13,7	34,1	286,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	4,5	3,7	19,6	127,1
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ		20	4,8	6,1		75,8
ХЛЕБ ЗЕРНОВОЙ		60	5,2	0,8	27,1	136,8
ЯБЛОКО		150	0,5	0,5	12,9	62,0
			24,3	32,7	97,9	778,1
Полдник						
МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ жир.3,2%		200	5,8	6,4	9,4	120,0
			5,8	6,4	9,4	120,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		100	1,2	7,1	9,3	106,8
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		250	5,7	7,6	14,5	145,3
КУРИЦА ОТВАРНАЯ		100	27,8	27,5	0,7	344,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	3,7	6,0	14,3	123,9
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ		200	0,1		29,0	117,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60	4,0	0,5	25,4	122,4
			42,5	48,7	93,2	960,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,6	87,8	200,5	1858,9

