



Директор ЧОУ СО Частной  
интегрированной школы  
Е.В.Тураева

**Меню приготавливаемых блюд**  
ЧОУ СО Частная интегрированная школа  
Возрастная категория 7-12 лет

26 Апреля 2024

| Прием пищи           | Наименование блюда     | Вес блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------|------------------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                      |                        |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Завтрак              | Омлет                  | 150          | 12,9             | 19,5  | 3,15     | 240                        |
|                      | Батон с маслом         | 50           | 3,1              | 8,5   | 20,6     | 170,5                      |
|                      | Чай с сахаром          | 200,00       |                  |       |          |                            |
| Итого за<br>завтрак: |                        | 400,00       | 16,00            | 28,00 | 23,75    | 410,50                     |
| Обед                 | Суп с фрикадельками    | 200          | 7,04             | 11,66 | 6        | 157,6                      |
|                      | Овощное рагу           | 150          | 2,8              | 6,5   | 14       | 127,5                      |
|                      | Котлета куриная        | 90           | 18               | 16,2  | 9,6      | 255                        |
|                      | Компот из с/х фруктов  | 200          | 0,6              | 0,1   | 20,1     | 84                         |
|                      | Хлеб пшеничный         | 30           | 2,2              | 0,2   | 14,7     | 70,2                       |
|                      | Хлеб ржано - пшеничный | 40           | 2,7              | 0,5   | 15,9     | 79,2                       |
|                      | Итого за обед:         |              | 710,00           | 33,34 | 35,16    | 80,30                      |
| Полдник              | Чай с сахаром          | 200          | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38                         |
|                      | Кекс                   | 90           | 9,42             | 14,84 | 51,16    | 376                        |
| Итого за<br>полдник: |                        | 290,00       | 9,62             | 14,94 | 60,46    | 414,00                     |
| Итого за день:       |                        | 1400,00      | 58,96            | 78,10 | 164,51   | 1598,00                    |

Медицинская сестра Макулова А.Н.Макулова

Повар Трифонова И. Л. Трифонова