

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУООШ № 11  
 В. А. Чемеригин  
 (М.П.)  
 от 19.10.2014 г.

## МЕНЮ

На 16 апреля 2014 года

Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
<b>ЗАВТРАК</b>						
Капуста квашенная	100	1,71	5,00	8,46	85,70	11,59
Тефтели из говядины	100/20	8,87	9,83	11,69	171,27	56,84
Картофельное пюре со сл., маслом	180/9	3,70	2,80	22,96	131,68	15,83
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	13,76	55,13	1,74
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,95
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,72
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,12
<b>ИТОГО:</b>	711					98,79
<b>ОВЗ - обед</b>						
Нарезка из соленого огурца	100	0,80	0,10	1,70	10,00	10,45
Борщ картофельный с капустой со сметаной	250/10	1,80/0,13	4,92/1,00	10,93/0,17	103,75/11,25	10,32
Плов из курицы	100/180	25,22	12,52	51,04	257,56	70,73
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	1,9
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,3
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,38
Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	15,0
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	11,7
<b>ИТОГО</b>	<b>1090</b>					128,78

Повар В.б.

В. М. Николаева.