

Утверждаю

Государственное бюджетное заведующий
общим воспитательным учреждением
ГБОУ СОШ 358, Кузнецовская д.13
Уч. № 333
Морковская-Вино /Распономарева Н.И./

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 27 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг
Завтрак											
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,24	2,93	16,45	95,89	0,02	0,33	0,02	0,07	0,04	0,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81	0,05	0,57	0,03	0,15	0,03	0,13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25	0,04	0,52	0,02	0,00	0,00	0,11
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,10	38,00	0,01	0,20	0,00	0,03
Итого за прием пищи:		10,48	11,95	53,23	361,55	0,21	39,42	0,08	0,42	0,07	0,27
II Завтрак											
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,04	0,60	0,05	0,00	0,00	0,26
Итого за прием пищи:		2,80	5,00	13,14	90,07	0,04	0,60	0,05	0,00	0,00	0,26
Обед											
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87	0,03	2,80	0,00	1,39	0,00	0,04
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	6,92	3,91	7,88	94,68	0,04	4,44	0,16	0,94	0,03	0,04
СУФЛЕ КУРИНОЕ	69	7,04	9,16	16,04	177,21	0,04	0,51	0,08	0,32	0,21	0,13
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,78	2,12	11,38	76,73	0,08	9,90	0,63	0,47	0,04	0,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,04	0,00	0,00	0,44	0,00	0,02
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,90	0,74	12,88	66,16	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	50,00	0,00	0,30	0,10	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		23,55	19,53	89,30	571,44	0,26	17,95	0,97	3,56	0,28	0,33
Полдник											
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56	0,02	0,97	0,97	0,31	0,00	0,03
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,29	14,87	29,71	310,56	0,09	0,39	0,10	1,65	0,09	0,40
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:		15,68	17,45	48,49	422,52	0,13	1,36	1,07	1,96	0,09	0,44
Всего за день:		52,51	53,93	204,16	1 445,53	0,64	59,33	2,17	5,94	0,44	1,30