


Утверждаю

Директор МБОУ Торопецкая СОШ № 1

 Калинина Н.Г.



**16 июля**

Наименование блюда	Масса порции от 7 до 11 лет	Масса порции от 12 и старше	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергет ическая ценност ь
<b>Завтрак</b>						
Каша дружба(пшено,рис)	200	250	6,2	8,6	42,7	284,3
Хлеб пшеничный с ветчиной	40/15	40/15	2,9	11,4	19,2	102
Компот	200	200	0,6	0,2	29,6	125,1
Конд.из-ие	50	60	60	2,95	9,1	34,05
<b>Обед</b>						
Овощная нарезка	100	100	2,21	0,175	6,29	34,5
Рассольник Ленинградский с перловой крупой с мясом кур со сметаной	250	250	8,766	13,897	25,176	361,12
Плов с курицей	150	200	16,33	18,84	35,01	371,24
Хлеб ржаной	40	40	2,6	0,48	1,05	72,4
Чай с сахаром и лимоном	200/15/ 7	200/15/7	0,2	0,00	14,00	28,00
Хлеб пшеничный	40	40	1,58	0,4	9,6	46,76