

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет



УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора

С.В.Можина

Школа: МБОУ СОШИ Отд./корп: 2 День Дата: 05.03.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	231/2013	Каша пшеничная молочная	205	213.16	6.38	7.62	29.78
	202/2013	Батон	50	153.00	3.44	1.04	20.40
	578/2012	Булочка домашняя	60	343	8.12	37.81	62.1
	497/2013	Какао с молоком	200	99.77	3.48	2.86	15.02
			515	808.93	21.42	49.33	127.30
Обед	144/2013	Суп картофельный с бобовыми	250	100.21	1.94	6.94	7.52
	381/2013	Котлета из птицы	90	262.03	11.58	16.98	13.78
	354/2013	Соус томатный	30	18.01	0.16	1.23	1.57
	237/2013	Греча отварная	200	478.40	18.60	4.40	88.60
	493/2013	Чай с сахаром	200	39.40	0.00	0.00	10.50
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108.50	3.80	0.45	24.85
			820	1006.55	36.08	30.00	146.82
		450 Печенье	100	340.20	5.88	5.92	40.82
Полдник	377	Кисель	200	62.98	0.02	0.02	15.67
			300	403.18	5.90	5.94	56.49
	429/2013	Картофельное пюре	150	196.27	3.99	6.24	26.58
Ужин	174/2013	Голубцы ленивые	90	232.93	12.93	10.31	19.93
	310/2012	Яйцо вареное	60	3.02	0.24	0.22	0.01
	495/2013	Чай с молоком	200	64.90	1.09	0.94	13.03
		500	497.12	18.25	17.71	59.55	
2 ужин	515/2013	Молоко	200	106.00	5.80	5.00	9.60
	401/2013	Гребешок с повидлом	70	153.00	6.70	9.50	9.90
		270	259.00	12.50	14.50	19.50	
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2405	2974.78	94.15	117.48	409.66