

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
С.В.Можина



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа: МБОУ СОШИ Отд./корп: 6 День Дата: 12.02.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	268/2013	Каша рисовая молочная	250	345.90	6.82	9.48	40.70
	202/2013	Батон	50	131.00	3.44	1.04	20.40
	494/2013	Чай с лимоном	215	41.02	0.05	0.01	10.20
			515	517.92	10.31	10.53	71.30
Обед	157/2013	Суп с макаронными изделиями	250	165.78	3.57	2.67	8.95
	265/2013	Шницель куриный	90	267.32	13.50	9.64	8.35
	125/2012	Соус томатный	30	63.20	0.10	0.80	15.80
		Макаронные изделия отварные с маслом	150	254.30	7.79	10.72	24.27
	507/2013	Компот из св.яблок	200	39.40	0.00	0.00	10.50
		Фрукт	100	42.03	0.30		10.47
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108.50	3.58	0.45	24.85
		870	940.53	28.84	24.28	103.19	
Полдник	578/2012	Булочка домашняя	100	343.00	8.12	37.81	62.10
	517/2012	Кисель	200	62.98	0.02	0.02	15.67
			300	405.98	8.14	37.83	77.77
Ужин	416/2012	Плов из отварной курицы	250	467.90	19.60	15.90	37.90
	493/2013	Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108.50	3.58	0.45	24.85
			500	616.59	23.18	16.35	72.80
2 ужин		Молоко	200	106.00	5.80	5.00	9.60
	313/2013	Шанежка с картоф.	60	312.00	4.16	12.32	41.92
			260	418.00	9.96	17.32	51.52
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2445	2899.02	80.43	106.31	376.58