

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
С.В.Можина



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа МБОУ СОШИ Отд./корп 8 День Дата: 13.03.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	268/2013	Каша рисовая молочная жидкая	200	275.28	6.65	10.34	38.88
		Конд.изделие	50	172.20	2.38	1.63	38.04
	202/2013	Батон	50	131.00	3.44	1.04	20.40
		Кофейный напиток	200	93.37	2.90	2.51	14.78
			500	671.85	15.37	15.52	112.10
Обед	153/2013	Суп с рыбными консервами	250	185.90	0.58	2.43	1.72
	411/2013	Кнели из птицы с рисом	90	245.96	14.93	17.49	7,21
	291/2013	Макаронные изделия	150	209.62	5.64	4.79	36.00
	507/2013	Компот из св.яблок	200	39.40	0.00	0.00	10.50
	108/2013	Хлеб	50	108.50	3.58	0.45	24.85
		Фрукт	150	42.03	0.30	0.00	10.47
			890	831.41	25.03	25.16	83.54
Полдник		Шаньга наливная	100	392.60	4.16	12.32	41.92
	493/2013	Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
			300	432.79	4.16	12.32	51.97
Ужин	075/2013	Котлета рыбная	90	113.00	15.80	2.10	9.60
	101/2012	Картофельное пюре	150	237.00	18.00	54.00	23.90
	494/2013	Чай с лимоном	215	41.02	0.05	0.01	10.20
	108/2013	Хлеб пшенич.ржан	50	108.50	3.80	0.45	24.85
		505	499.52	37.65	56.56	68.55	
2 ужин		Кефир	200	30.00	3.00	0.05	3.08
	580/2013	Булочка молочная	70	108.50	3.80	0.45	24.85
			270	138.50	6.80	0.50	27.93
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2465	2574.07	89.01	110.06	344.09