

УТВЕРЖДАЮ  
И.о.директора  
Можинава С.В.



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

8 День

Дата:

31.01.2024

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
			<b>500</b>	<b>671.85</b>	<b>15.37</b>	<b>15.52</b>	<b>112.10</b>
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
			<b>890</b>	<b>831.41</b>	<b>25.03</b>	<b>25.16</b>	<b>83.54</b>
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
			<b>300</b>	<b>432.79</b>	<b>4.16</b>	<b>12.32</b>	<b>51.97</b>
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
			<b>505</b>	<b>499.52</b>	<b>37.65</b>	<b>56.56</b>	<b>68.55</b>
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
			<b>270</b>	<b>138.50</b>	<b>6.80</b>	<b>0.50</b>	<b>27.93</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>2465</b>	<b>2574.07</b>	<b>89.01</b>	<b>110.06</b>	<b>344.09</b>