

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
С.В.Можина



МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Дата: 01.03.2024

10 День

Отд./корп

МБОУ СОШИ

Школа

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	205/2012	Каша пшеничная	255	279.50	6.38	10.80	29.78
	310/2012	Яйцо вареное	60	96.00	7.44	6.96	0.05
	202/2013	Батон	50	131.00	3.44	1.04	20.40
	493/2013	Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
			565	546.69	17.26	18.80	60.28
Обед	142/2013	Щи из свежей капусты	250	264.40	10.90	14.00	25.60
	367/2018	Птица в соусе с томатом	100	206.90	12.67	13.72	2.85
	203/2013	Макаронные изделия	200	326.90	12.96	7.36	46.90
	47/2013	Горошек зеленый	30	20.10	1.55	0.10	3.25
	108/2013	Хлеб	50	108.50	3.58	0.45	24.85
	493/2013	Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
		Пряник	50	167.90	3.40	1.40	38.85
			880	1134.89	45.06	37.03	152.35
Полдник	356/2013	Булочка с сахар. пудрой	100	336.02	6.80	9.90	17.10
		Конд.изделие	50	172.20	1.38	1.63	38.04
	517/2012	Кисель	200	62.98	0.02	0.02	15.67
			350	571.20	8.20	11.55	70.81
Ужин	326/213	Капуста туш. с курой	250	395.60	5.33	7.73	14.60
	128/2012	Икра кабачковая	80	49.60	0.60	4.35	3.85
	494/2013	Чай с лимоном	220	41.02	0.05	0.01	10.20
	108/2013	Хлеб	50	108.50	3.58	0.45	24.85
			600	594.72	9.56	12.54	53.50
2 Ужин		Кефир	200	120.00	5.80	6.40	8.00
	254/2012	Булочка веснушка	60	229.83	5.74	6.51	41.57
			260	349.83	11.54	12.91	49.57
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2655	3197.33	91.62	92.83	386.51