



УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
Можина С.В.

МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Школа МБОУ СОШИ Отд./корп 2 День Дата: 23.01.2024

| Прием пищи | № рец. | Наименование блюда | Выход, г | Энергет.ценно сть (ккал) | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
|----------------|----------|-----------------------------|-------------|-----------------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| Завтрак | 231/2013 | Каша пшеничная молочная | 255 | 246.20 | 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 | |
| | | | | 565 | 841.97 | 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 | 100 | 282.30 | 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 | |
| | | | | 830 | 1026.82 | 36.08 | 30.00 | 146.82 |
| | 538/2012 | Булочка дорожная | 100 | 405.56 | 7.92 | 13.54 | 83.02 | |
| | | Конд.изделие | 50 | 172.20 | 1.38 | 1.63 | 38.04 | |
| | 377 | Кисель | 200 | 62.98 | 0.02 | 0.02 | 15.67 | |
| | | | 350 | 640.74 | 9.32 | 15.19 | 136.73 | |
| Полдник | 429/2013 | Картофельное пюре | 230 | 263.54 | 3.99 | 6.24 | 26.58 | |
| | 174/2013 | Голубцы ленивые | 120 | 245.95 | 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 | |
| | | | | 610 | 577.41 | 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 | 2625 | 3345.94 | 97.57 | 126.73 | 489.90 | |