



УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
Можина С.В.

МЕНЮ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Школа Отд./корп Дата: **31.01.2024**

8 День

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	268/2013	Каша рисовая молочная жидкая	250	275.28	6.65	10.34	38.88
		Конд.изделие	50	172.20	1.38	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
			550	671.85	14.37	15.52	112.10
Обед	153/2013	Суп с рыбными консервами	250	221.60	0.58	2.43	1.72
	411/2013	Кнели из птицы с рисом	100	326.90	16.93	17.49	7.21
	203/2013	Макаронные изделия	200	326.90	12.96	7.36	46.90
	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
			950	1065.33	34.35	27.73	101.65
Полдник		Шаньга наливная	100	392.60	8.30	12.32	41.92
		Конд.изделие	50	172.20	1.38	1.63	38.04
	493/2013	Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
			350	604.99	9.68	13.95	90.01
Ужин	075/2013	Котлета рыбная	105	156.90	13.90	2.10	9.60
	101/2012	Картофельное пюре	230	254.60	15.00	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
			600	561.02	32.75	56.56	68.55
2 ужин		Кефир	200	120.00	5.80	6.40	8.00
	580/2013	Булочка молочная	70	108.50	3.80	0.45	24.85
			270	228.50	9.60	6.85	32.85
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2720	3131.69	100.75	120.61	405.16