



УТВЕРЖДАЮ  
и.о. директора  
С.Н. Щулькина

МЕНЮ

Возрастная категория: 11-18 лет

Школа МБОУ СОШИ Отд./корп Дата: 13.02.2023  
6 День

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	260/2013	Каша "Дружба" молочная	200	431.00	5.26	11.66	25.06
		Бутерброт с повидлом	30/15				
		Чай с лимоном	200	41.02	0.05	0.01	10.20
Обед				472.02	5.31	11.67	35.26
	174	Суп картофельный с вермишелью и куррой	250/10	176.00	2.69	2.84	17.46
		Шницель из кур.грудки с соусом	100/ 30	267.32	13.50	9.64	8.35
		Рис отварной	200	254.30	7.79	10.72	24.27
	376	Компот из св.яблок	200	39.40	0.00	0.00	10.50
		Фрукт	100	42.03	0.30		10.47
Полдник	14	Хлеб	50	108.50	3.58	0.45	24.85
				887.55	27.86	23.65	95.90
		Булочка домашняя	60	243.34	4.75	8.12	37.81
Ужин		Кисель	200	62.98	0.02	0.02	15.67
				306.32	4.77	8.14	53.48
		Плов из отварной курицы	200	359.00	19.60	15.90	37.90
2 ужин		Чай с сахаром	200	40.19	0.00	0.00	10.05
	14	Хлеб пшенич.	50	108.50	3.58	0.45	24.85
				507.69	23.18	16.35	72.80
2 ужин		Молоко	200	106.00	5.80	5.00	9.60
		Шанешка с картоф.	60	312.00	4.16	12.32	41.92
				418.00	9.96	17.32	51.52