

Инвертова
 и.о. директора
 С.М. Нуреева



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-10 лет

Школа МБОУ СОШИ Отд./корп 6 День Дата: 14.11.2022

Прием пищи	№ реч.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	260/2013	Каша "Дружба" молочная	180	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	174	Суп картофельный с вермишелью и курой	200/20	472.02	5.31	11.67	35.26
		Шницель из кур.грудки с соусом	90/ 30	176.00	2.69	2.84	17.46
		Рис отварной	150	267.32	13.50	9.64	8.35
	376	Компот из св.яблок	200	254.30	7.79	10.72	24.27
	14	Фрукт	100	39.40	0.00	0.00	10.50
Полдник		Хлеб	50	42.03	0.30		10.47
		Булочка домашняя	60	108.50	3.58	0.45	24.85
		Кисель	200	887.55	27.86	23.65	95.90
Ужин		Плов из отварной курицы	200	243.34	4.75	8.12	37.81
		Чай с сахаром	200	62.98	0.02	0.02	15.67
	14	Хлеб пшенич.	50	306.32	4.77	8.14	53.48
2 ужин		Молоко	200	359.00	19.60	15.90	37.90
		Шанешка с картоф.	60	40.19	0.00	0.00	10.05
				108.50	3.58	0.45	24.85
				507.69	23.18	16.35	72.80
				106.00	5.80	5.00	9.60
				312.00	4.16	12.32	41.92
				418.00	9.96	17.32	51.52