



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

День 5

Дата:

04.10.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	180/2012	Каша геркулесовая	185	216,52	11,40	11,20	19,60
		Пирожек с капустой	50	324,00	7,16	5,99	23,40
	108/2013	Хлеб пшеничный	25	108,50	3,58	0,45	24,85
	506/2012	Чай с лимоном	220	40,19	0,00	0,00	10,05
			455	689,21	22,14	17,64	77,90
Обед	112/2013	Салат из помидор свежих	60	86,70	0,20	5,62	24,50
	154/2013	Суп крестьянский	200\20\10	148,25	5,48	5,26	16,53
	308/2018	Котлета рыбная	90	113,00	13,90	2,10	9,60
	429/2013	Картофельное пюре	150	196,27	3,99	6,24	26,58
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108,50	3,58	0,45	24,85
	554/2012	Манник	75	243,07	4,98	2,31	50,58
	349/2013	Сок	200	125,00	1,60	0,00	109,40
			855	1020,79	33,73	21,98	262,04
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1310	1710,00	55,87	39,62	339,94