



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

День

Дата:

10.10.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	258	Каша пшенная	210	299,00	8,72	12,86	37,12
	578	Булочка Домашняя	50	343,00	8,12	37,81	62,10
	108/2013	Хлеб	25	108,50	3,58	0,45	24,85
	494/2013	Чай с лимоном	220	41,02	0,05	0,01	10,20
			430	791,52	20,47	51,13	134,27
Обед	147/2012	Суп овощной	230	269,85	9,19	10,89	8,83
	075/2013	Тефтели	90	195,18	17,51	8,90	11,29
	429/2013	Картофельное пюре	150	237,00	15,00	54,00	23,90
	349	Компот	200	125,00	1,60	0,00	109,40
	108/2013	Хлеб	50	108,50	3,58	0,45	24,85
	588/2013	Вафли	30	120,03	2,94	2,96	20,42
		795	1055,56	49,82	77,20	198,69	
Полдник		Ватрушка с картошкой	60	312,00	4,16	12,32	41,92
	494/2013	Чай	215	41,02	0,05	0,01	10,20
			275	353,02	4,21	12,33	52,12
Ужин	75	Фрикадельки	90	113,00	15,80	2,10	9,60
	291/2013	Макаронные изделия отварные с маслом	150	267,15	7,44	7,90	41,57
	493/2013	Чай с сахаром	215	40,19	0,00	0,00	10,05
	108/2013	Хлеб пшенич.	50	108,50	3,80	0,45	24,85
			505	528,84	27,04	10,45	86,07
2 ужин		Молоко	200	106,00	5,80	5,00	9,60
	108/2013	Булочка Домашняя	50	343,00	8,12	37,81	62,10
			250	449,00	13,92	42,81	71,70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			2255	3177,94	115,46	193,92	542,85