



МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа

МБОУ СОШИ

Отд./корп

День

Дата:

24.09.2024

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	277/2012	Каша манная молочная	180	182,21	4,70	5,31	23,90
	394/2013	Булочка школьная, сыр	60\15	356,20	0,80	6,20	0,11
	108/2013	Хлеб	25	108,50	3,58	0,45	24,85
	497/2013	Какао с молоком	200	99,77	3,48	2,86	15,02
			480	746,68	12,56	14,82	63,88
Обед	128/2013	Борщ из свежей капусты	200\20\10	180,30	30,00	45,00	17,70
	407/2013	Рагу из птицы	200	241,64	13,64	24,12	8,84
	519/2013	Напиток вишневый	200	125,00	1,60		109,40
		Конд.изделие	50	172,20	1,38	1,63	38,04
	108/2013	Хлеб	50	108,50	3,58	0,45	24,85
		500	827,64	50,20	71,20	198,83	
Полдник		Пирожек с капустой	50	324,00	7,16	5,99	23,40
	494/2013	Чай с лимоном	220	41,02	0,05	0,01	10,20
			270	365,02	7,21	6,00	33,60
Ужин	113/2012	Рыба припуц. с овощами	90	214,03	19,66	13,68	3,18
	429\2013	Пюре картофельное	150	196,27	3,99	6,24	26,58
	493/2013	Чай с сахаром	215	40,19	0,00	0,00	10,05
	108/2013	Хлеб пшенич.	50	108,50	3,58	0,45	24,85
			505	558,99	27,23	20,37	64,66
2 ужин	515	Молоко	200	106,00	5,80	5,00	9,60
	554/2012	Ватрушка с повидлом	70	243,07	4,98	2,31	50,58
			270	349,07	10,78	7,31	60,18
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2025	2847,40	107,98	119,70	421,15