

МБОУ СОШ
И.О. ДИРЕКТОРА
С.В. МОЖИНОВА

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа

МБОУ СОШ

Отд./корп

День

Дата:

20.01.2025

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	277/2012	Каша манная молочная	210	182,21	4,70	5,31	23,90
	578/2012	Булочка домашняя	50	343,00	8,12	37,81	62,10
	493/2013	Чай с вареньем	230	39,40	0,00	0,00	10,50
	108/2013	Хлеб пшеничный	25	108,50	3,80	0,45	24,85
			305	673,11	16,62	43,57	121,35
Обед	153/2013	Суп картоф.с клецками	280	185,90	0,58	2,43	1,72
	345/2013	Шницель рубленый	75	187,20	12,51	1,89	8,64
	203	Рожки	150	209,62	5,64	4,79	36,00
	108/2013	Хлеб пшеничный	50	108,50	3,80	0,45	24,85
	493/2013	Чай с сахаром	215	125,00	1,60		109,40
		Мандарины	100	42,03	0,30		10,47
		795	858,25	24,43	9,56	191,08	
Полдник		Ватрушка с картошкой	50	312,00	4,16	12,32	41,92
	493/2013	Кисель	200	39,40	0,00	0,00	10,50
			250	351,40	4,16	12,32	52,42
Ужин	311/2012	Омлет натуральный	100	167,29	13,20	13,27	2,86
	75/2013	Винегрет овощной	60	102,30	0,70	5,02	3,65
	108	Хлеб пшеничный	25	117,50	3,95	0,50	24,15
	493/2013	Чай с сахаром	215	40,19	0,00	0,00	10,05
			185	427,28	17,85	18,79	40,71
2 ужин	515/2013	Кефир	200	106,00	5,80	5,00	9,60
			200	106,00	5,80	5,00	9,60
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1735	2416,04	68,86	89,24	415,16