

УТВЕРЖДАЮ
ИП Кондратьева А.В.



Можина С.В.

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа

МБОУ СОШ № 1

Отд./корп

День

Дата: 27.01.2025

Прием пищи	№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Энергет.ценно сть (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	277/2012	Каша манная	185	206,50	4,70	5,31	23,90
	194/2013	Батон, масло слив.,сыр	30\25	60,30	0,80	6,20	0,11
	201	Хлеб	25	47,00	1,58	0,20	9,66
	501	Напиток кофейный	200	93,37	3,90	2,51	17,78
			410	407,17	10,98	14,22	51,45
Обед	157/2013	Суп молочный с рисом	200	165,78	3,57	2,67	8,95
	422\2012	Биточек куриный с соусом	75	215,15	14,38	13,28	9,54
	203	Макаронные изделия	150	209,62	5,64	4,79	36,00
	108/2013	Хлеб	50	108,50	3,58	0,45	24,85
	493/2013	Чай с сахаром	215	40,19	0,00	0,00	10,50
		Яблоко	140	42,03	0,30	0,00	10,47
			830	781,27	27,47	21,19	100,31
Полдник	578/2012	Булочка домашняя	75	343,00	8,12	37,81	62,10
	493/2013	Чай с сахаром	215	40,19	0,00	0,00	10,50
			290	383,19	8,12	37,81	72,60
Ужин	311/2012	Омлет натуральный	100	167,29	13,20	13,27	2,86
	75/2013	Винегрет овощной	100	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	10,50
			440	427,28	17,85	18,79	41,16
2 ужин		Йогурт	200	120,00	5,80	6,80	8,00
			200	120,00	5,80	6,80	8,00
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2170	2118,91	70,22	98,81	273,52