

Сотасовано:
и.о. директора
МБОУ «Верхнечеренская СШ»
Зауф. Замосов Т.А.



Утверждаю



Ежедневное меню
10 день
7-11 лет

24.05.2024

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
				Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"		90	11,60	8,30	5,90	119,00
304	РИС ОТВАРНОЙ		150	3,80	6,80	38,90	219,30
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ)		60	0,60	0,10	1,75	13,20
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	0,30	0,00	15,20	60,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за весь прием пищи:	97,84 Р	550	19,60	15,80	78,85	502,00

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
				Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"		100	12,90	9,20	6,50	132,20
304	РИС ОТВАРНОЙ		180	4,56	8,16	46,70	263,16
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ)		100	1,00	0,16	2,90	22,00
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	0,30	0,00	15,20	60,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за весь прием пищи:	97,84 Р	630	22,06	18,12	88,40	567,86