

Составлено:
и.о. директора
МБОУ "Верхнечеренская СШ"
Замуков В.В.
Замуова Т.А.



Утверждаю



Ежедневное меню
10 день
7-11 лет

12.04.2024

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	цена	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг.
				Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	Ценност ь ккал.
	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 СОЛЕНЫЙ)		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.
				Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	Ценност ь ккал.
	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 СОЛЕНЫЙ)		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