

Школа

МКОУ Зимняцкая СОШ

Утвердил:

Директор школы

Агапова Е.Н.



МЕНЮ на 16 08 2024

день месяц год

Возрастная категория		7-11 лет										
Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
3	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	200	5,3	5,7	25,3	174	54-27к/2022м	20	
			хлеб	Бутерброд с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	25	
			гор.напиток	Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	6	
			хлеб	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3	
			фрукты	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2017м	15	
			<i>итого</i>				590	14,65	14,86	76,1	501,49	
3	5	Обед	закуска	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,64	2,07	42,42	24/2017м	15,11	
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,58	2,17	9,69	68,6	101/2017м	16	
			2 блюдо	Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,2	334,41	291/2017м	45	
			гарнир									
			напиток	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,4	75,8	54-4хн/2022н	10	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,87	702/2010м	3	
<i>итого</i>				730	21,96	22,1	98,5	683,62		92,11		
3	5	Итого за день:			1320	36,61	36,96	174,6	1185,11		161,11	