

Утверждаю:

«Кисловская СШ»

Г.В.Мельникова



МЕНЮ 13.08.2025

Вариант 4

Первый прием пищи
Завтрак (возрастная группа 7-11 лет)

№ рец. по сбор.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции с 7 до 11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
52/2017м	Свекла отварная с маслом растительным	60	0,88	3,6	4,96	55,68
229/2017м	Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1
54-28к/2022н	Каша ячневая с овощами	150	4,38	6,58	23,93	171,60
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14
2022н	Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	Итого	530	20,22	19,46	56,86	483,60

Первый прием пищи
Завтрак (возрастная группа 12-18 лет)

№ рец. по сбор.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции с 12 до 18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
54/2017м	Свекла отварная с маслом растительным	100	1,47	6,0	8,30	92,8
229/2017м	Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,9	7,0	173,44
54-28к/2022н	Каша ячневая с овощами	180	5,26	7,90	28,72	205,92
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
2022н	Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08
	Итого	620	28,08	27,74	80,92	684,28