

День 10

Согласовано
Директор МКОУ «Приморская СШ»
Л.И. Чижова

МЕНЮ 25.04.2025 г.

Первый прием пищи

Завтрак (возрастная группа 7 – 11 лет)

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюд	масса порции с 7 до 11 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1
458/2002г	Гречка по- купечески	200	13,2	17,8	30,0	333,0
389/2017м	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,2	84,2
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,5

Первый прием пищи

Завтрак (возрастная группа 12 – 18 лет)

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюд	масса порции с 12 до 18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,83	0,16	5,8	36,4
458/2002г	Гречка по- купечески	230	15,18	20,47	34,5	383,0
389/2017м	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,2	84,2
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,5

Второй прием пищи

Обед (возрастная группа 7 – 11 лет)

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюд	масса порции с 7 до 11 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
47/2017м	Квашеная капуста с растительным маслом	60	1,02	3	5,07	51,4
54-17с/2022н	Суп овощной со сметаной	200	1,66	5,31	8,42	88,2
2/2022 54-3сс/2022	Котлеты, рубленые из птицы с соусом томатным 100/20	120	13,55	16,06	16,26	263,3
54-28к/2022н	Каша ячневая с овощами	150	4,38	6,58	23,93	171,6
342/2017м	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,28	93,5
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,0

Полдник (возрастная группа 7 – 11 лет)

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюд	масса порции с 7 до 11 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
401/2014	Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,2	36,8	242,0
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1

Полдник (возрастная группа 12 – 18 лет)

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюд	масса порции с 7 до 11 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
401/2014	Оладьи с маслом и сахаром	170	9,00	9,2	36,8	242,0
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1