

День 3

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

МЕНЮ 30.04.2025 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	
101/2004л	Закуска из овощей (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,0
ТТК 77-6/2022	Котлеты мясopaпустные из п/ф	100	9,3	6,1	5,9	116,0
171/2017м	Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,3	6,3	36,0	233,7
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	200	0,3	0,00	10,58	43,5
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,1

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	
101/2004л	Закуска из овощей (икра кабачковая)	100	2,71	4,7	14,53	111,7
ТТК 77-6/2022	Котлеты мясopaпустные из п/ф	100	9,3	6,1	5,9	116,0
171/2017м	Каша рассыпчатая, гречневая	180	9,95	10,74	44,84	315,0
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	200	0,3	0,00	10,58	43,5
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52

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	
101/2004л	Консервы закусочные (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,0
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	4,6	2,9	10,1	88,7
77-1/54-3сс/2022н	Котлеты рыбные из п/ф с соусом томатным 100/20	120	10,96	8,18	9,17	154,0
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,7	4,8	36,5	203,5
54-5хн/2022н	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,6	44,1
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