

День 7



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

МЕНЮ 06.05.2025 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	
47/2017м	Квашеная капуста с маслом растительным	60	1,02	3,00	5,07	51,4
54-25м/2022н	Птица тушеная в сметанном соусе с морковью	90	10,6	9,11	144,11	144,1
203/2017м	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,4	4,9	196,8	196,8
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	
47/2017м	Квашеная капуста с маслом растительным	100	1,71	5,01	8,46	85,7
54-25м/2022н	Птица тушеная в сметанном соусе с морковью	100	11,77	10,12	5,48	160,1
203/2017м	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,2
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	93,5

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	
101/2004л	Консервы закусочные (икра кабачковая)	60	1,63	2,82	8,72	67,0
54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	83,0
77-1/54-3сс/2022н	Котлеты рыбные из п/ф с соусом томатным	120	10,96	8,18	9,17	154,1
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	3,7	4,8	36,5	203,5
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,0
701/2010 м	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	
182/2017м	Каша молочная жидкая пшенная, с сахаром и маслом	150	4,22	4,99	12,9	203,6
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,6
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,8

Полдник (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	
182/2017м	Каша молочная жидкая пшенная, с сах. и мас	150	4,22	4,99	12,9	203,6
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	180	0,22	0,00	7,93	32,6
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,2	9,66	46,8