

День 2



Согласовано

Директор МКОУ «Приморская СШ»

Л.И.Чижова

МЕНЮ 13.05.2025 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
246/2017м	Гуляш из отварного мяса птицы	100	12,02	11,79	3,27	167,3
203/2017м	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8
54-1хн/2022н	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,8	81,0
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
246/2017м	Гуляш из отварного мяса птицы	100	12,02	11,79	3,27	167,3
203/2017м	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16
54-1хн/2022н	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,8	81,0
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	
33/2011м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,85	3,65	5,02	56,3
54-1с/2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,84	5,28	7,22	88,2
77-3/2022-331/2017м	Котлеты домашние из п/ф с соусом, сметанным с томатом 100/20	120	13,51	8,91	9,74	198,0
203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81,00
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	
182/2017м	Каша молочная жидкая пшеничная, 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 7 до 11 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
182/2017м	Каша молочная жидкая пшеничная, 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