

День 1

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



МЕНЮ 12.05.2025 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	
182/2017м	Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	200	7,1	11,66	40,25	295,5
399/2017м	Блинчики с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,5
338/2017м	Фрукты по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,3
701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	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	
182/2017м	Каша молочная из овсяных хлопьев жидкая с маслом и сахаром	250	8,88	14,57	50,24	369,3
399/2017м	Блинчики с молоком сгущенным 50/20	70	5,08	2,98	18,85	122,5
338/2017м	Фрукты по сезону (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,3
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	
71/70/2017м	Овощи по сезону в нарезке (огурцы соленые)	60	0,35	0,05	0,95	6,0
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,1	2,78	18,5	119,6
54-3м/2022н	Птица, тушенная в сметане с морковью	100	10,17	11,78	5,3	167,9
171/2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	150	6,66	9,17	39,22	264,0
54-45гн/2022н	Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,8
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	
192/2017м	Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,9	68,25	391,4
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	
192/2017м	Биточки манные с повидлом	170	5,08	10,9	68,25	391,4
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,1