

День 5



Составлено

Директор МКОУ «Приморская СШ»

Л.И. Чижова

МЕНЮ 16.05.2025 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	
131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1
291/2017м	Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,2	334,4
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	93,5

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
291/2017м	Плов из птицы	230	16,72	17,78	39,33	384,6
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	93,5

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 (помидор соленный)	60	0,66	0,1	2,28	13,2
53-3с/2022н	Рассольник ленинградский (перловка)	200	1,92	5,14	13,22	106,6
77-7/2022	Фрикадельки «Классические» с соусом	120	10,92	7,51	5,45	150,4
331/2017м	сметанным с томатом 100/20					
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	81,0
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	
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 12 до 18 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