

Директор школы:



Меню на 28.04.2025

Начальные классы

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
197	Макаронные изделия отварные 160	160	5,740	4,230	38,260	217,730
126	Биточки рубленые из мяса птицы-60.	60	11,010	3,110	9,970	113,740
264	Соус томатный	30	0,160	1,100	1,570	16,850
273	Чай с лимоном 200	200	0,140	0,030	10,220	42,890
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	15	1,18524	0,1494	7,221	36,1548
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)15	15	0,740	0,150	6,720	31,500
7	Масло (порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
Итого за завтрак		590	19,455	16,419	83,891	571,965

РВ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
197	Макаронные изделия отварные	200	7,175	5,288	47,825	272,163
126	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом томатным	110	11,580	5,390	13,530	150,300
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
Итого за завтрак		560	22,102	11,198	94,765	575,973

ММС

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
197	Макаронные изделия отварные	200	7,175	5,288	47,825	272,163
126	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом томатным	110	11,580	5,390	13,530	150,300
273	Чай с лимоном 200	200	0,140	0,030	10,220	42,890
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
7	Масло (порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
Итого за завтрак		670	22,642	18,858	104,905	691,453

СВО

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
197	Макаронные изделия отварные	200	7,175	5,288	47,825	272,163
126	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом томатным	110	11,580	5,390	13,530	150,300
225	Соус томатный-50	50	0,570	2,280	3,560	36,560
273	Чай с лимоном 200	200	0,140	0,030	10,220	42,890
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)15	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Яблоко	100	0,400	0,400	9,800	47,000
7	Масло (порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100
Итого за завтрак		720	23,212	21,138	108,465	728,013
обед						
123	Плов из птицы-200	200	10,850	22,690	54,050	462,030
88	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,870	3,460	20,790	126,120
287	Напиток "Витощка" витаминный-200	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
2	Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
Итого за обед		700	16,040	26,580	88,300	652,800
Итого за день		1420	39,252	47,718	196,765	1380,813

Повар : _____ Гилязова Л.Л.

