

Директор школы:



Меню на 18.02.2025

Начальные классы

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-150	150	5,600	6,600	26,400	5,600
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,190	5,710	27,960	7,190
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	2,320
266	Какао на молоке	200	9,200	7,100	11,030	9,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	15	1,18524	0,1494	7,221	1,18524
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)15	15	0,740	0,150	6,720	0,740
<b>Итого за завтрак</b>		590	26,235	22,659	79,331	26,235

РВ

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
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
<b>Итого за завтрак</b>		735	29,003	23,030	106,570	756,313

ММС

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-200	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
266	Какао на молоке	200	9,200	7,100	11,030	148,460
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
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
<b>Итого за завтрак</b>		945	41,44	33,26	127,79	992,66

СВО

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-150	150	5,600	6,600	26,400	187,000
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
266	Какао на молоке	200	9,200	7,100	11,030	148,460
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)15	15	0,740	0,150	6,720	31,500
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
<b>Итого за завтрак</b>		700	21,235	17,649	86,185	602,618
18	Салат из моркови и яблок	60	0,560	2,090	5,860	45,250
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками мясными	235	16,750	12,570	32,370	314,780
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
390	Мясо тушеное-50/45	50/45	16,480	12,650	3,480	192,950
707	Компот из смеси сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
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
<b>Итого за обед</b>		745	47,490	34,020	131,680	1029,240
<b>Итого за день</b>			68,725	51,669	217,87	1631,858

Повар \_\_\_\_\_ Гилязова Л.Л.