

Директор школы:



Меню на 25.04.2025

Начальные классы

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|-----------------|----------------------|--------|--------|--|
| | | | Б | Ж | У | |
| 133 | Картофельное пюре, 150 | 150 | 3,800 | 4,830 | 17,170 | 125,660 |
| 83 | Котлета рыбная, 60 | 60 | 7,470 | 9,570 | 9,600 | 154,900 |
| 707 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,780 | 0,060 | 30,100 | 125,200 |
| 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 |
| 1 | Сок в инд. уп | 100 | 4,000 | 1,500 | 14,300 | 90,000 |
| Итого за завтрак | | 540 | 17,975 | 16,259 | 85,111 | 563,415 |

PB

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|-----------------|----------------------|--------|-----------------|--|
| | | | Б | Ж | У | |
| 133 | Картофельное пюре, 200 | 200 | 5,066666666 7 | 6,44 | 22,89333 333 | 167,5466667 |
| 83 | Котлета рыбная | 60 | 7,470 | 9,570 | 9,600 | 154,900 |
| 265 | Соус томатный | 40 | 0,213 | 1,463 | 2,088 | 22,411 |
| 707 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,780 | 0,060 | 30,100 | 125,200 |
| 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 | | 550 | 16,796 | 18,033 | 88,081 | 583,057 |

MMC

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|-----------------|----------------------|--------|-----------------|--|
| | | | Б | Ж | У | |
| 133 | Картофельное пюре, 200 | 200 | 5,066666666 7 | 6,44 | 22,89333 333 | 167,5466667 |
| 265 | Соус томатный | 40 | 0,213 | 1,463 | 2,088 | 22,411 |
| 83 | Котлета рыбная | 60 | 7,470 | 9,570 | 9,600 | 154,900 |
| 707 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,780 | 0,060 | 30,100 | 125,200 |
| 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 |
| 1 | Сок в индив.уп. | 100 | 4,000 | 1,500 | 14,300 | 90,000 |
| Итого за завтрак | | 650 | 20,796 | 19,533 | 102,381 | 673,057 |

СВО

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|-----------------|----------------------|---------------|-----------------|--|
| | | | Б | Ж | У | |
| 133 | Картофельное пюре, 200 | 200 | 5,066666666 7 | 6,44 | 22,89333 333 | 167,5466667 |
| 83 | Котлета рыбная | 60 | 7,470 | 9,570 | 9,600 | 154,900 |
| 707 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,780 | 0,060 | 30,100 | 125,200 |
| 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 |
| 1 | Сок фрукт. в индивид.уп | 100 | 4,000 | 1,500 | 14,300 | 90,000 |
| Итого за завтрак | | 610 | 20,583 | 18,070 | 100,293 | 650,647 |
| 59 | Суп картофельный с макаронными изделиями-250 | 250 | 3,110 | 2,450 | 17,780 | 105,030 |
| 315 | Голубцы ленивые | 120 | 9,460 | 7,040 | 8,880 | 137,040 |
| 330 | Каша гречневая 170 | 200 | 11,61 | 7,29 | 52,47 | 321,52 |
| 271 | Чай с сахаром 200 | 200 | 0,080 | 0,020 | 10,010 | 40,510 |
| 2 | Хлеб ржаной обтирный обогащенный 30 | 30 | 0,700 | 0,230 | 2,200 | 13,050 |
| 1 | Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами 20г | 20 | 1,620 | 0,200 | 9,760 | 48,400 |
| Итого за обед | | 847 | 26,582 | 17,234 | 101,101 | 665,548 |
| Итого за день | | 1457 | 47,165 | 35,304 | 201,394 | 1316,194 |

Повар _____ Гилязова Л.Л.