

Директор школы:



Меню на 25.04.2025

Начальные классы

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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

РВ

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
133	Картофельное пюре, 200	200	5,066666667	6,44	22,89333333	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,обогашенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный,обогашенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
Итого за завтрак		550	16,796	18,033	88,081	583,057

ММС

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
133	Картофельное пюре, 200	200	5,0666666667	6,44	22,89333333	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,обогашенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный,обогашенный 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

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
133	Картофельное пюре, 200	200	5,0666666667	6,44	22,89333333	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,обогашенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный,обогашенный 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 обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
1	Хлеб пшеничный,обогашенный витаминами20г	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.