

Меню:

Утвердил директор школы

Белякова А.В.



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал
	Четверг-02.05.2024г завтрак					
81-2007	Каша овсяная с маслом	200/20	6,0	11,2	45,0	305,0
2 - 2007	Хлеб с повидлом	50/30	2,6	4,6	27,4	161,0
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,1	6,0	12,6	121,1
	Итого за завтрак;	500	12,7	21,8	85,0	587,1
	Обед					
54-11з-2020	Салат из моркови с кукурузой	100	5,52	5,36	7,94	123,9
54-2с-2020	Суп гороховый с сухариками	260	5,35	5,0	23,85	213,0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,08	26,3	105,8
пром	Фрукт	150	62,0	0,62	15,19	73,0
	Итого за обед:	760	73,47	15,16	94,28	621,5
	Пятница-03.05.2024г завтрак					
54-6к-2020	Каша пшенная	200/10	8,5	11,5	38,8	292,1
2 - 2007	Хлеб с маслом	50/30	4,6	8,8	29,3	179,6
54-7гн-2020	Чай черный с сахаром	210	0,02	0,07	15	60,0
	Итого за завтрак:	500	13,12	20,37	83,1	531,7
	Обед:					
54-10з-2020	Салат овощной	100	8,6	2,8	6,4	89,0
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	20,7	15,7	20,5	304,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2
пром	Фрукт	150	62,0	0,62	15,19	73,0
	Итого за обед:	750	88,5	21,82	89,69	664,7

Меню составил завхоз

/Вялова С.Б.