

Пн1



«Согласовано»

Директор СОШ

Подпись

Меню на «22» апреля 2023г

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

	Наименование блюда	Вес блюда, гр	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептур	
	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	210	7,04	10,42	22,12	193,64	173	
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15	
	Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	376	
	Джем/Повидло	20	0,10	0,00	14,32	57,68	к/к	
	Итого за завтрак	505	15,56	15,45	79,42	474,20		

Обед

	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептур	
	Суп картофельный с бобовыми и курой отварной	200	4,39	4,22	13,06	107,80	102	
	Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288	
	Рассольник с курой	210	4,10	4,50	13,6	104,00	130	
	Печень по-строгановски	90	9,93	10,11	3,17	166,50	255	
	Греча отварная рассыпчатая	150	3,83	5,17	35,84	230,45	302	
	Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79	71	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,2	349	
	Итого за обед	770	26,28	25,54	107,26	807,13		

Итого

200

6.0

5.44

10.10

113.16

137

14.80

Handwritten signature