

Пн2



«Согласовано»

Директор СОШ

Подпись

Меню на « 23 » декабря 2024г
Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом	210	5,63	8,8	24,90	195,20	173
Напиток кофейный на молоке	200	3,60	2,67	29,20	155,20	379
Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63	209
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
Итого за завтрак	510	19,07	16,67	83,38	553,68	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный с бобовыми	200	2,12	4,22	13,06	107,80	102
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Рассольник домашний	210	4,20	4,07	10,20	95,60	95
Плов из птицы	200	18,12	17,73	42,00	411,55	291
Салат из соленых огурцов	60	0,52	3,07	1,57	35,88	17
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	349
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
Итого за обед	730	26,73	27,02	110,81	808,82	

Повар-бригадир:

Лис

137 >

Молоко 200 6.0 5.44 10.10 113.76 14.80