

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 25 " 10 -

2021 г.

1-4 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	разбавленная с овсянкой	50/50	9,9	8,3	2,0	115,9
	рис припущенный	150	3,6	7,1	37,4	228,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб	50	3,3	0,0	23,5	119,0
			16,9	15,5	72,7	502,7
Итого за Завтрак			1,5	4,2	7,2	73,6
Обед	мясо птицы припущенное					
	брынзатом соусе	45/45	18,7	19,8	2,4	262,5
	макаронно-овощная	150	5,6	4,7	35,9	208,4
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	58,8
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	79,8
			31,2	28,7	83,3	722,7
Итого за Обед						
Итого за день			48,0	44,2	150,0	1,225,4

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 25 " 10 -

2021 г.

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	разбавленная с овсянкой	50/50	9,9	8,3	2,0	115,9
	рис припущенный	200	4,8	8,7	50,3	298,7
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб	50	3,3	0,0	23,5	119,0
			17,6	16,9	80,2	548,7
Итого за Завтрак			1,9	5,1	8,9	89,7
Обед	мясо птицы припущенное					
	брынзатом соусе	45/45	18,7	19,8	2,4	262,5
	макаронно-овощная	180/15	8,8	4,8	43,1	242,8
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	58,8
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	79,8
			32,6	29,8	92,2	772,8
Итого за Обед						
Итого за день			50,2	46,8	172,4	1321,5