

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на "15" "01" 2021 г.

1-4 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14 189 685 2	сир	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	халва рисовая с маком	150/10	4,4	10,1	31,1	233,4
	хлеб с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	йогурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			12,8	15,5	63,4	481,9
Обед 91 125 685	Рассольник Министратский	200/15	2,1	4,4	14,0	104,6
	Биточки из мяса птицы	60/30	9,0	9,7	6,9	150,5
	Картофельное пюре	180	4,0	6,4	27,3	183,2
	хлеб с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,0	14,4	70,8
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			20,7	20,4	88,5	628,7
Итого за день			33,5	35,9	151,9	1109,8

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на "15" "01" 2021 г.

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14 189 685 2	сир	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	халва рисовая с маком	200/15	5,7	6,8	10,8	247,7
	хлеб с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	йогурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			14,1	12,2	28,1	495,4
Обед 91 451 125 685	Рассольник Министратский	250/15	2,4	5,3	17,3	126,6
	Биточки из мяса с соевым	60/40	9,2	14,1	7,5	166,2
	Картофельное пюре	180/15	4,0	5,3	27,3	173,8
	хлеб с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,0	14,4	70,8
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			21,3	24,6	92,3	657,1
Итого за день			35,4	36,8	120,4	1152,5