

СОГЛАСОВАННО

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на "19" марта 2021 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак	кисель рисовый	180/5	4,5	6,6	28,6	192,2
	бублики домашние	60	4,4	9,0	35,8	230,6
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,9	39,7
	хлеб	30	2,0	0,0	14,0	71,0
	бюфет	95	2,7	2,4	4,4	54,8
Итого за Завтрак			13,7	18,0	92,7	588,3
Обед	салат из свеклы	60	0,9	5,0	4,9	67,3
	картофель отварной	200/5	1,6	4,2	7,8	75,8
	картофель отварной	150	3,0	3,0	24,5	137,5
	рыба тушеная в томате с овощами	100	12,5	4,8	3,2	98,7
	компот из сухофруктов	200	0,0	0,0	19,4	77,4
	хлеб	25	2,0	0,0	12,6	59,0
Итого за Обед			22,0	17,0	81,8	565,7
Итого за день			35,7	35,0	174,5	1154,0