

Меню на "

9.02

2022 г.

Директор школы

СОГЛАСОВАННО

Аллабердин Ф. А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 284 184 430	пюре из картофеля с маслом 50/40	50/40	7,2	10,3	6,3	145,9
	каша гречневая с маслом 130/4	130/4	1,9	4,2	11,7	124,3
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	40	3,7	3,4	1,8	52,5
	йогурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			11,4	20,2	32,7	414,5
Обед 64 106 436 685	суп из овощей с маслом 60	60	0,8	4,9	4,8	66,5
	суп лапша домашняя 200	200	2,3	4,6	11,4	95,4
	картофельное по домашнему 180	180	11,4	13,7	21,7	256,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	35	2,8	0,0	16,9	82,8
Итого за Обед			20,5	23,2	80,5	629,4
Итого за день			31,9	43,4	113,2	1043,9

Меню на "

9.02

2022 г.

Директор школы

СОГЛАСОВАННО

Аллабердин Ф. А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 284 184 430	пюре из картофеля с маслом 50/40	50/40	7,2	10,3	6,3	145,9
	каша гречневая с маслом 180/5	180/5	5,4	3,4	24,3	167,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	40	3,7	3,4	1,8	52,5
	йогурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			18,9	21,4	46,3	457,3
Обед 64 106 436	суп из овощей с маслом 100	100	1,4	4,9	8,0	81,7
	суп лапша домашняя 250	250	2,9	5,7	14,2	119,3
	картофельное по домашнему 180	180	11,4	13,7	21,7	256,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	35	2,8	0,0	16,9	82,8
Итого за Обед			21,7	24,3	86,6	659,6
Итого за день			40,5	45,7	132,9	1116,8

2022-2-8 11:16