

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 21 " 02

5-11 кл.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1	масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,8
	332 макаронотертый сыр	200	10,9	13,2	40,0	360,0
	685 чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,6
	яблоко	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за Завтрак			14,7	25,8	82,0	634,4
Обед 135	суп из овощей на бульоне	250/15	2,0	5,1	11,4	100,4
	180 гов из птицы	200	16,0	19,4	39,5	397,1
	685 чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	59,0
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			23,3	24,6	88,8	676,1
Итого за день			37,9	50,4	170,7	1310,5

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 21 " 02

1-4 кл.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1	масло сливочное	8	0,0	6,6	0,1	59,8
	332 макаронотертый сыр	160	8,7	13,8	32,0	287,6
	685 чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,6
	яблоко	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за Завтрак			12,5	20,7	73,9	547,1
Обед 135	суп из овощей на бульоне	250/15	2,0	5,1	11,4	100,4
	180 гов из птицы	180	14,4	17,5	35,5	557,3
	685 чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	59,0
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			21,7	22,6	84,8	636,3
Итого за день			34,2	43,3	158,7	1183,4