

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 16 " 09

2021 г.

1-4 кл.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1 237 685	масло сливочное	8	0,0	6,6	0,1	59,8
	запеканка из творога	110/70	23,9	3,9	20,8	217,2
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	яблоко	125	0,4	0,4	10,8	51,7
Итого за Завтрак			27,8	11,0	64,8	486,8
Обед 110 451 184 685	борщ с капустой	205	1,6	4,3	10,4	86,7
	котлеты мясные с соусом	60/30	9,1	11,0	6,9	162,8
	каша гречневая с маслом	150/5	4,5	5,2	20,4	145,9
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	1,0	0,0	12,0	59,0
Итого за Обед			20,5	20,4	75,5	574,1
Итого за день			48,2	31,4	140,3	1060,9

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 16 " 09

2021 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1 237 685	масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,8
	запеканка из творога	110/10	23,9	3,9	20,8	217,2
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	яблоко	125	0,4	0,4	10,8	51,7
Итого за Завтрак			27,8	12,6	64,8	501,8
Обед 110 451 184 685	борщ с капустой	250/5	1,9	5,0	12,6	103,5
	котлеты мясные с соусом	60/40	9,2	11,1	7,5	166,2
	каша гречневая с маслом	180/5	5,4	5,4	24,3	167,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	1,0	0,0	12,0	59,0
Итого за Обед			32,2	21,5	76,2	525,5
Итого за день			60,0	34,1	141,0	1027,3