

Директор школы

СОГЛАСОВАНО

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 19 " 10

2021 г.

Б-14кн

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
14 292 520(3) 431	Завтрак	сир	10	2,4	3,0	0,0	37,5
		фрикадельки мясные с соусом	60/40	8,6	9,5	6,8	149,4
		картофельное пюре	200	4,5	5,5	30,4	189,8
		чай с сахаром и лимонадом	200	0,1	0,0	10,0	42,0
		хлеб	40	2,7	0,0	18,6	94,4
Итого за Завтрак			18,2	18,1	65,8	510,5	
34 184 411	Обед	салат из свеклы и капусты	60	1,3	3,0	6,8	60,0
		свекольник на мясном бульоне	250/15	2,2	5,1	15,8	118,3
		тефтели рыбные с соусом	60/40	7,3	6,5	7,1	111,9
		каша гречневая с мясом	180/10	5,4	9,4	24,2	202,8
		компот с вишней	200	0,0	0,0	12,0	128,0
		хлеб пшеничный	35	2,8	0,0	16,8	82,6
Итого за Обед			22,2	24,0	98,7	783,7	
Итого за день			40,4	42,1	164,5	1294,2	

Директор школы

СОГЛАСОВАНО

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 19 " 10

2021 г.

Б-14кн

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
14 292 520(3) 431	Завтрак	сир	10	2,4	3,0	0,0	37,5
		фрикадельки мясные	60/40	7,7	8,2	6,1	129,2
		картофельное пюре	200	3,6	5,7	24,3	162,9
		чай с сахаром и лимонадом	200	0,1	0,0	10,0	42,0
		хлеб	40	2,7	0,0	18,6	94,4
Итого за Завтрак			16,5	16,9	59,0	466,0	
34 184 411	Обед	салат из капусты	60	1,3	3,0	6,8	60,0
		свекольник на мясном б	200/5	1,8	4,3	12,7	97,0
		тефтели рыбные с соусом	60/40	7,3	6,5	7,1	111,9
		каша гречневая с мясом	150/10	4,5	9,2	20,4	182,2
		компот с виш	200	0,0	0,0	12,0	128,0
		хлеб пшеничный	35	2,8	0,0	16,8	82,6
Итого за Обед			20,9	23,0	91,8	741,8	
Итого за день			37,4	39,9	150,8	1207,8	