

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 15 " 04

2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 108/248 184 430	пирог из мяса с соусом	50/40	8,6	9,4	6,1	183,1
	каша гречневая вязкая	150/4	4,6	4,9	20,8	145,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого за Завтрак			16,9	14,5	61,1	482,7
Обед 64 106 138 685	салат из свеклы	60	0,8	4,9	4,8	66,5
	суп лапша домашняя	200	2,3	4,6	11,4	95,4
	котлет из курицы	170	13,5	20,9	35,6	384,6
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	58,8
Итого за Обед			21,9	30,4	89,5	724,8
Итого за день			38,8	44,9	150,6	1207,6

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 15 " 04

2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 284 184 430	пирог из мяса с соусом	50/40	8,6	9,4	6,1	183,1
	каша гречневая вязкая	180/5	5,4	5,4	24,3	167,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого за Завтрак			19,6	20,1	43,2	455,5
Обед 64 106 138 685	салат из свеклы	60	0,8	4,9	4,8	66,5
	суп лапша домашняя	250	2,9	5,7	14,2	119,6
	котлет из курицы	200	16,0	19,4	39,5	397,1
	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			25,7	28,1	101,2	768,2
Итого за день			45,3	48,2	144,4	1223,7