

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 13 " 05

2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14 189 430	сэр	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	кеша тиниш с мясом	200/5	7,3	7,5	36,5	242,9
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб тинишгой	40	2,7	0,0	18,6	94,4
	печенье	60	9,0	22,5	14,1	380,0
Итого за Завтрак			21,4	33,0	59,0	794,5
Обед 99 388 332 438	суп с бобовыми	200	4,6	3,5	15,5	112,6
	котлеты рыбные	60	9,4	5,8	8,8	119,6
	макаронот обвароч	150/5	5,6	4,7	35,9	208,4
	кочанот из едлок	200	0,0	0,0	16,0	67,0
	хлеб тинишгой	35	2,8	0,0	16,8	82,6
Итого за Обед			3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за день			25,7	14,0	109,1	670,2
			47,0	47,0	188,1	1,464,7

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 13 " 05

2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14 189 430	сэр	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	кеша тиниш с мясом	250/5	9,2	8,4	46,2	297,4
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб тинишгой	40	2,7	0,0	18,6	94,4
	печенье	60	9,0	22,5	14,1	380,0
Итого за Завтрак			23,3	33,9	88,7	849,0
Обед 99 388 332 438	суп с бобовыми	250	5,8	4,4	19,4	140,9
	котлеты рыбные	60	9,4	5,8	8,8	119,6
	макаронот обвароч	180/10	6,7	8,8	42,7	276,8
	кочанот из едлок	200	0,0	0,0	16,0	67,0
	хлеб тинишгой	35	2,8	0,0	16,8	82,6
Итого за Обед			3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за день			27,9	14,0	119,7	766,8
			51,2	52,9	208,4	1615,9