

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 22 02 2022 г.

1-4 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14	сыр	10	2,4	3,0	0,0	37,5
189	хаша рисовая с маслом	150/10	4,4	10,1	31,1	233,4
685	галет с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
2	йогурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
			12,8	15,5	68,4	481,1
Итого за Завтрак						
Обед 91	Рассольник Мимиграден	200/5	2,1	4,4	14,0	104,6
	биточки куриные	60/30	9,0	9,7	6,9	150,5
125	картофельное пюре	180	4,0	6,4	27,3	183,2
685	галет с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,0	14,4	70,8
	хлеб ржесный	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			20,7	20,4	88,5	628,7
Итого за день			33,5	35,9	156,9	1109,8

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 22 02 2022 г.

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14	сыр	10	2,4	3,0	0,0	37,5
189	хаша рисовая с маслом	200/15	5,7	6,8	40,8	247,7
685	галет с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
2	йогурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			14,1	12,2	28,1	495,4
Обед 91	Рассольник Мимиграден	250/15	2,4	5,3	17,3	126,6
451	биточки куриные с соусом	60/40	9,2	11,1	7,5	166,2
125	картофельное пюре	180/15	4,0	5,3	27,3	173,8
685	галет с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,0	14,4	70,8
	хлеб ржесный	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			21,3	21,6	92,3	657,1
Итого за день			35,4	33,8	120,4	1152,5