

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы Аллабердин Ф. А.

Меню на " 20 " 04

2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Биточки с соусом	60/40	16,2	14,5	13,9	252,0
	Макаронные изделия	150/5	5,6	4,7	35,9	208,3
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,6
Итого за Завтрак			25,3	19,2	83,1	618,6
Обед	Суп с клецками	200	1,4	4,9	9,6	87,9
	Рыба тушеная с овощами	45/45	8,8	7,5	1,7	104,0
	Рис припущенный	150	3,6	7,1	37,4	228,2
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	Хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	58,8
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,0	16,0	80
Итого за Обед			19,1	19,5	86,5	598,5
Итого за день			44,3	38,7	169,6	1217,1

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы Аллабердин Ф. А.

Меню на " 20 " 04

2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Биточки с соусом	60/40	20,6	18,3	17,5	320,0
	Макаронные изделия	200	7,5	4,9	47,6	264,1
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,6
Итого за Завтрак			31,5	23,2	98,3	742,4
Обед	Суп с клецками	250	1,7	6,1	12,0	109,7
	Рыба тушеная с овощами	50/50	9,9	8,3	2,0	115,9
	Рис припущенный	180	4,3	48,6	44,9	274,1
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,0	14,3	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			21,5	23,0	99,0	689,9
Итого за день			53,0	46,2	197,3	1432,3