

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 21 " 09

2021 г.

1-4 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14 189 685 2	сыр	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	каша рисовая с маслом	150/10	4,4	10,1	31,1	233,4
	галл с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	бюгурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			12,8	15,5	68,4	481,9
Обед 91 125 685	Раганыш с мясом	200/15	2,1	4,4	14,0	104,6
	Бятыш с мясом	60/30	9,0	9,7	6,9	150,5
	картофельное пюре	180	4,0	6,4	27,3	183,2
	галл с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,0	14,4	70,8
	хлеб ржаной	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

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 21 " 09

2021 г.

5-11 кл

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 14 189 685 2	сыр	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	каша рисовая с маслом	200/15	5,7	6,8	40,8	247,7
	галл с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	бюгурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			14,1	12,2	28,1	495,4
Обед 91 451 125 685	Раганыш с мясом	250/15	2,4	5,3	17,3	126,6
	Бятыш с мясом с соевым	60/40	9,2	14,1	7,5	186,2
	картофельное пюре	180/15	4,0	5,3	27,3	173,8
	галл с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,0	14,4	70,8
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			21,3	21,6	92,3	857,1
Итого за день			35,4	33,8	120,4	1152,5