

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 5 03 2022 г.

1-4 кл

| Прием пищи       | Наименование блюда       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------|--------------------------|-------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|
|                  |                          |             | Б                    | Ж    | У     |                                |
| Завтрак 14       | суп                      | 10          | 2,4                  | 3,0  | 0,0   | 37,5                           |
| 189              | каша рисовая с маслом    | 150/10      | 4,4                  | 10,1 | 36,1  | 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                           |
| Итого за Завтрак |                          |             | 12,8                 | 15,5 | 63,4  | 481,9                          |
| Обед 91          | Рассольник Ленинградский | 200/5       | 2,1                  | 4,4  | 14,0  | 104,6                          |
|                  | Биточки из мяса птицы    | 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 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 | 151,9 | 1109,8                         |

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 5 03 2022 г.

5-11 кл

| Прием пищи       | Наименование блюда       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------|--------------------------|-------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|
|                  |                          |             | Б                    | Ж    | У     |                                |
| Завтрак 14       | суп                      | 10          | 2,4                  | 3,0  | 0,0   | 37,5                           |
| 189              | каша 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 Ленинградский | 250/5       | 2,4                  | 5,3  | 17,3  | 126,6                          |
| 451              | Биточки мясные 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 ржаной              | 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                         |