

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 18 03

2021г.

Б-М/м

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
14 292 520(3) 431	Завтрак	сир	10	2,4	3,0	0,0	37,5
		фризиделии мленое с соевым	60/40	3,6	8,5	6,8	147,4
		картофельное пюре	200	4,5	5,5	30,4	139,1
		чай с сахаром и лимонад	200	0,1	0,0	10,0	42,0
		хлеб	40	2,7	0,0	18,6	94,4
Итого за Завтрак			18,2	18,1	65,8	510,5	
34 184 411	Обед	салат из свежих овощей	60	1,3	3,0	6,8	60,0
		свекольник на мясном б.	250/5	2,2	5,1	15,8	118,3
		тефтели рыбные с соусом	60/40	7,3	6,5	7,1	111,9
		каша гречневая с маслом	180/10	5,4	9,4	24,2	202,8
		хлеб с ват	200	0,0	0,0	12,0	128,0
Итого за Обед			22,2	24,0	98,7	783,7	
Итого за день			40,4	42,1	164,5	1294,2	

СОГЛАСОВАННО

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 18 03

2021г.

Б-М/м

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
14 292 520(3) 431	Завтрак	сир	10	2,4	3,0	0,0	37,5
		фризиделии мленое	60/40	2,7	8,2	6,1	129,2
		картофельное пюре	200	3,6	5,7	24,3	162,9
		чай с сахаром и лимонад	200	0,1	0,0	10,0	42,0
		хлеб	40	2,7	0,0	18,6	94,4
Итого за Завтрак			16,5	16,9	59,0	466,0	
34 184 411	Обед	салат из свежих овощей	60	1,3	3,0	6,8	60,0
		свекольник на мясном б.	200/5	1,8	4,3	12,7	97,0
		тефтели рыбные с соусом	60/40	7,3	6,5	7,1	111,9
		каша гречневая с маслом	150/10	4,5	9,2	20,4	182,2
		хлеб с ват	200	0,0	0,0	12,0	128,0
Итого за Обед			20,9	23,0	91,8	741,8	
Итого за день			37,4	39,9	150,8	1207,8	