

СОГЛАСОВАННО:

Директор школы

Аллабердин Ф. А.

Меню на " 5 " 10 "

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	суп	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	каша рисовая с маслом	150/10	4,4	10,1	31,1	233,4
	гал с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	йогурт	95	2,6	2,3	4,2	52,1
Итого за Завтрак			12,8	15,5	68,4	481,9
Обед 91 125 685	рассольник Ленинградский	200/5	2,1	4,4	14,0	104,6
	биточки куриные с соусом	60/30	9,0	9,7	6,9	150,5
	картофельное пюре	180	4,0	6,4	27,3	183,2
	гал 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 " 5 " 10 "

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	суп	10	2,4	3,0	0,0	37,5
	каша рисовая с маслом	200/5	5,7	6,8	40,8	247,7
	гал с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,5
	йогурт	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	рассольник Ленинградский	250/5	2,4	5,3	17,3	126,6
	биточки куриные с соусом	60/40	9,2	14,1	7,5	166,2
	картофельное пюре	180/5	4,0	5,3	27,3	173,8
	гал 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	24,6	92,3	657,1
Итого за день			35,4	33,8	120,4	1152,5