

5-11 кл.

Меню на " 9 " 03

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1 332 685	масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,8
	макаронная тертая с сыром	200	10,9	17,2	40,0	360,0
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,6
	яблоко	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за Завтрак			14,7	25,8	82,0	634,4
Обед 135 685	суп из овощей на бульоне	250/15	2,0	5,1	11,4	100,4
	рис из курицы	200	16,0	15,4	39,5	397,1
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	59,0
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			23,3	24,6	88,8	676,1
Итого за день			37,9	50,4	170,7	1310,5

1-4 кл.

Меню на " 9 " 03

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1 332 685	масло сливочное	8	0,0	6,6	0,1	59,8
	макаронная тертая с сыром	160	8,7	13,8	32,0	287,6
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	50	3,3	0,0	23,4	118,6
	яблоко	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за Завтрак			12,5	20,7	73,9	547,1
Обед 135 685	суп из овощей на бульоне	250/15	2,0	5,1	11,4	100,4
	рис из птицы	180	14,4	17,5	35,5	357,3
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	25	2,0	0,0	12,0	59,0
	хлеб ржаной	40	3,2	0,0	16,0	80,0
Итого за Обед			21,7	22,6	84,8	636,3
Итого за день			34,2	43,3	158,7	1183,4