

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на

21.03

2022 г.

4-4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1 685	масло сливочное	8	0,0	6,6	0,1	59,8
	мясо из птицы	170	13,6	16,6	33,6	338,0
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	30	2,0	0,0	14,0	70,8
	яблоко	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за Завтрак			14,1	23,5	66,1	549,7
Обед 84 259 332 685	Индюшечья канюшка	200/5	1,5	4,2	7,2	73,5
	Гуinea	45/45	13,9	16,9	5,1	225,9
	машиной отварное	150	5,6	4,7	35,9	208,4
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,0	19,2	94,4
Итого за Обед			23,5	25,8	93,2	721,9
Итого за день			43,6	49,3	159,3	1271,7

Директор школы

СОГЛАСОВАННО:

Аллабердин Ф. А.

Меню на

21.03

2022 г.

5-11

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак 1 685	масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,8
	мясо из птицы	200	16,0	19,5	39,5	397,9
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	40	2,7	0,0	18,6	94,2
	яблоко	100	0,4	0,4	8,6	41,4
Итого за Завтрак			19,1	28,1	76,6	647,9
Обед 84 259 332 685	Индюшечья канюшка	250/5	1,9	5,1	8,9	89,3
	Гуinea	45/45	13,7	17,4	5,1	232,0
	машиной отварное	180/5	6,8	4,8	43,1	242,8
	чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,8	39,7
	хлеб пшеничный	40	3,2	0,0	19,2	94,4
Итого за Обед			28,8	27,3	102,2	778,2
Итого за день			47,9	55,5	178,8	1,426,1