

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ

18 октября 2024 год

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	200	5,9	9,4	22,8	201,2	173
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	50	5,8	9,4	15,4	170,6	3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	0,2	0	15,0	61,6	377
ЙОГУРТ М.Д.Ж 2,5 %	95	95	2,7	2,4	4,3	53,7	
Итого за прием пищи:	517	617	14,6	21,2	57,5	487,1	
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	100	1,0	3,6	5,7	60,1	49
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	250	9,1	2,8	22,2	150,9	54-11с-
ПЛОВ	200	250	22,5	23,3	34,7	438,5	265
КИСЕЛЬ ИЗ ЭКСТРАТА	200	200	0	0	29,3	117,1	882
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	700	860	35,2	30,1	108,9	848,2	
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	100	150	7,5	9,8	74,4	417	
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	200	0,1	0,1	26,4	108	438
Итого за прием пищи:	300	350	7,6	9,9	100,8	525	
Всего за день:			57,4	61,2	267,2	1860,3	

Зав. производством _____