

УТВЕРЖДАЮ

Н.В.ШМАКОВА

СОГЛАСОВАНО

Директор

Меню

на 06.09. 2021 г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День							
Завтрак 1-4 класс	Каша рисовая с изюмом и маслом сливочным	200-10	0,6	0,1	1,9	11	70/71
	Кофейный напиток с молоком	200	12,7	14,92	31,32	313,5	204
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
	Кондитерские изделия	20	1,5	2,0	14,9	83,4	СРД
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,26	20,7	106,0	СРД
	Хлеб ржаной	25	1,4	0,23	9,4	94,8	СРД
Итого за завтрак		595	19,7	17,91	88,02	655,7	-
Обед 1-4 класс	Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	4,0	9,7	80,5	82
	Салат из белокочанной капусты	60	1,0	3,0	5,5	54,0	45
	Котлеты рубленые из птицы	90-5	14,9	21,3	13,3	304,5	294
	Каша вязкая из крупы пшеничной	150-5	4,0	4,0	23,3	144,4	303
	Хлеб пшеничный	45	3,5	0,3	23,3	106,6	СРД
	Хлеб ржаной	30	1,7	0,27	11,3	54,4	СРД
	Сок овощной, фруктовый, ягодный	180	0,9	0,2	18,2	77,4	399
Итого за обед		765	27,4	33,07	104,6	821,8	-
Итого за день:		1360	47,1	50,98	192,62	1477,5	-