

УТВЕРЖДАЮ

Н.В. ШМАКОВА

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

НОВОПОКРОВСКАЯ

ШКОЛА

Меню

на 09.09.2021 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День							
Завтрак 1-4 класс	Икра кабачковая	80	1,46	7,06	6,1	95,2	СРД
	Птица тушенная в соусе	100 (60- 40)	16,1	17,2	2,7	236,8	290-331
	Каша вязкая из крупы гречневой	150-5	8,7	5,7	39,4	244,2	171
	Сок овощной, фруктовый, ягодный	200	0,9	0,2	18,2	77,4	399
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,26	20,7	94,8	СРБ
	Хлеб ржаной	25	1,4	0,23	9,4	45,3	СРБ
Итого за завтрак		600	31,66	30,65	96,5	793,7	-
Обед 1-4 класс	Борщ с капустой и картофелем	200	1,5	4,0	10,0	82,5	82
	Икра кабачковая	60	1,1	5,3	4,6	71,4	СРД
	Плов из птицы	200 (50- 150)	16,5	21,3	40,3	419,5	291
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342
	Хлеб пшеничный	45	3,5	0,3	23,3	106,6	СРД
	Хлеб ржаной	20	1,1	0,18	7,5	36,3	СРД
Итого за обед		705	23,8	31,18	95,2	757,0	-
Итого за день:		1305	55,46	61,83	191,7	1550,7	-

УТВЕРЖДАЮ

Н.В.ШМАКОВА

Меню

на 09.09.2021 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

«НОВОПОКРОВСКАЯ
ШКОЛА»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День							
Завтрак 5-11 класс	Птица тушеная в соусе	100 (60-40)	16,1	17,2	2,7	236,8	290-331
	Каша вязкая из крупы гречневой	180-5	10,2	6,7	45,8	283,7	171
	Сок апельсиновый, фруктовый, ягодный	200	0,9	0,2	18,2	77,4	399
	Хлеб пшеничный	50	4,74	0,6	28,98	141,0	СРБ
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,35	14,9	71,4	СРБ
Итого за завтрак		570	34,24	25,05	110,58	810,3	-
Обед 5-11 класс	Борщ с картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,75	82
	Икра кабачковая	100	0,20	0,20	2,80	22,0	СРД
	Плов из птицы	200 (50-150)	16,5	21,3	40,3	419,5	291
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	31,0	142,0	СРД
	Хлеб ржаной	45	2,9	0,45	19,1	91,8	СРД
Итого за обед		635	26,1	27,38	113,64	819,75	-
Итого за день:		1405	60,34	52,43	224,22	1630,05	-