



Меню
на 11.02 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 10							
Завтрак 1-4 класс	Котлеты рубленые из птицы с м/сл.	90/5	9,0	13,5	11,9	210,2	278-331
	Каша рассыпчатая гречневая с м/сл.	150/5	8.6	9.4	38.6	272.8	302.
	Чай с сахаром	180	5.2	4.5	7.2	95.4	386
	Кондитерские изделия	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ
	Хлеб пшеничный	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ
	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	10.0	50.3	СРБ
Итого за завтрак		525	29,1	29,9	102,7	806,8	-
Обед 1-4класс	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1.0	3.0	5.5	54.0	45
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.3	2.2	16.2	94.1	103
	Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным	90/5	11.6	12.8	13.3	215.4	234
	Пюре картофельное	150	3.4	8.3	21.6	174.0	312
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349
	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ
	Хлеб ржаной	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ
Итого за обед		790	24,1	27,0	118,9	818,1	-
Итого за день		1315	53,2	56,9	221,6	1624,9	-



Меню
на 14.02 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 10							
Завтрак 5-11 класс	Котлеты рубленные из птицы с м/сл.	100/5	9,0	13,5	11,9	210,2	278-331
	Каша рассыпчатая гречневая с м/сл.	180/5	10.0	10.4	44.8	311.7	302.
	Чай с сахаром	180	0.1	0.0	12.4	49.8	376
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.3	25.1	118.4	СРБ
	Хлеб ржаной	40	2.7	0.5	15.9	80.4	СРБ
Итого за завтрак		560	25,6	24,7	110,1	770,5	-
Обед 5-11 класс	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.5	5.1	9.3	89.9	45
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.8	2.8	20.2	117.7	103
	Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным	100/5	13.0	13.9	14.8	235.7	234
	Пюре картофельное	180	3.9	9.1	25.1	197.0	312
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ
	Хлеб ржаной	45	3.1	0.6	17.9	90.5	СРБ
Итого за обед		830	29,3	31,9	145,2	986,6	-
Итого за день:		1390	54,9	56,6	255,3	1757,1	—