

УТВЕРЖАЮ



ВЛАДИМИРОВА

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ



А.В. Батиухин

Меню

на 11 03 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 5							
Завтрак 1-4 класс	Каша пшенная или пшеничная молочная с маслом сливочным	200 /10	5.9	10.0	46.3	298.9	173
	Кондитерские изделия	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ
	Чай с лимоном	180/6	0.2	0.0	6.2	26.1	377
	Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	338
	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		581	12,8	12,9	107,3	600,4	-
Обед 1-4класс	Салат из свеклы отварной	60	0.9	3.7	4.9	56.1	52
	Суп картофельный с бобами гороховый	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102
	Птица тушеная в соусе	100	13.8	15.1	3.8	213.1	290
	Рис отварной с морс.	150/5	3.9	8.8	39.0	250.1	304
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.0	16.4	68.4	349
	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ
	Хлеб ржаной	20	1.4	0.3	8.0	40.2	СРБ
Итого за обед		760	28,4	32,6	109,9	852,3	-
Итого за день		1341	41,2	45,5	217,2	1452,7	-

УТВЕРЖЕНО



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

А.В. Боровский

Меню
на 11.03.2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 5							
Завтрак 5-11 класс	Каша пшеничная или пшеничная молочная с маслом сливочным	200 /10	5.9	10.0	46.3	298.9	173
	Кондитерские изделия	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ
	Чай - зеленый	180/6	0.2	0.0	6.5	27.2	377
	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		506	14,1	12,8	108,7	608,3	-
Обед 5-11 класс	Суп из овощей	100	1.5	6.1	8.2	93.4	52
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	5.8	5.4	19.0	147.3	102
	Птица тушеная в соусе	100(60-40)	13.8	15.1	3.8	213.1	290
	Рис отварной с овощами	180/5	4.5	9.6	45.2	285.2	304
	Салат 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.	40	2.7	0.5	15.9	80.4	СРБ
Итого за обед		920	33,3	37,1	150,0	1075,2	-
Итого за день		1426	47,4	49,9	258,7	1683,5	-