



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Меню
на 15.03 2022 г



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 6							
Завтрак 1-4 класс	Котлеты или биточки рыбные с м/с	90/5	11.6	12.8	13.3	215.4	234
	Каша рассыпчатая гречневая с м/с	150/5	8.6	9.4	38.6	272.8	302.
	Чай с лимоном	180/6	0.2	0.0	6.2	26.1	377
	Хлеб пшеничный	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ
	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	10.0	50.3	СРБ
	Плоды свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	338
Итого за завтрак		601	25,6	23,1	98,0	706,3	-
Обед 1-4класс	Овощи натуральные по сезону	60	0.5	0.1	1.0	7.8	70/71
	Рассольник ленинградский	200	1.9	4.1	13.2	97.8	96
	Печень по- строгановски	100	13.6	10.8	7.5	189.1	255
	Макаронные изделия отварные с м/сл.	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	309
	Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1
	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		770	27,1	23,7	100,7	733,1	-
Итого за день		1371	52,7	46,8	198,7	1439,4	-

УТВЕРЖАЮ
В.В.ИМАКОВА



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ



Меню
на 15.03.2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 6							
Завтрак 5-11 класс	Котлеты или биточки рыбные с м/с.	100/5	13.0	13.9	14.8	235.7	234
	Каши рассыпчатая гречневая с м/с.	180/5	10.0	10.4	44.8	311.7	302.
	Чай с лимоном	180/6	0.2	0.0	6.5	27.2	377
	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 завтрак		576	30.5	25.2	112.1	797.1	-
Обед 5-11 класс	Овощи натуральные по сезону	100	0.8	0.1	1.7	13.0	70/71
	Рисовый суп с овощами	250	2.3	5.3	16.4	122.4	96
	Печень по-столовнически	100(50-50)	13.6	10.8	7.5	189.1	255
	Макаронные изделия отварные с м/с.	180/5	6.5	8.6	40.6	262.7	309
	Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1
	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		925	31,0	25,9	123,7	860,5	-
Итого за день		1501	61,5	51,1	235,8	1657,6	-