

Утверждаю

Директор:

Е. В. Литвякова

Меню приготавливаемых блюд на 19.03.2025г

Возрастная категория: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	блюда	блюда					
Неделя 1 День 3							
завтрак	Каша рисовая молочная с маслом	200	3,09	4,07	36,98	197,0	9
	Кисель	200	0,0	0,0	15,3	49,6	26
	Батон	40	2,4	0,8	16,7	85,7	7
итого за завтрак			5,49	4,87	68,98	332,3	
обед	Суп с рыбой	250	15,1	6,0	21,4	203,25	12
	Пюре гороховое	200	23,0	1,6	50,8	309,6	13
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	14,0	28,0	20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,4	69,6	14
	Фрукт	200					
	-груша		0,8	0,6	19,6	91,0	19
	-яблоко		0,8	0,8	20,3	88,0	4
	-банан		3,0	1,0	38,0	189,0	19
	-апельсин		1,8	0,4	16,2	77,52	4
	Кондитерское изделие	20	1,18	0,94	15	73,2	40
итого за обед			42,92	9,62	228,3	774,65	
			42,92	9,82	229	771,65	
			45,12	10,02	246,7	872,65	
			43,92	9,42	224,9	761,17	

Утверждаю

Директор:

Е.В.Литвякова

Меню приготавливаемых блюд на 19.03.2025г

Возрастная категория: 5-11 классы

Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
завтрак	Каша рисовая молочная с маслом	200	3,09	4,07	36,98	197,0	9
	Кисель	200	0,0	0,0	15,3	49,6	26
	Батон	40	2,4	0,8	16,7	85,7	7
итого за завтрак			5,49	4,87	68,98	332,3	
обед	Суп с рыбой	250	15,1	6,0	21,4	203,25	12
	Пюре гороховое	200	23,0	1,6	50,8	309,6	13
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	14,0	28,0	20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,4	69,6	14
итого за обед			40,94	8,08	193,7	610,45	