

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ "Араданская ОШ"

Дата: 11.12.23

О.Г. Веселкова

Меню
 для детей школьного возраста
 11-18 лет
 МБОУ "Араданская ОШ"

Прием пищи	наименование блюда	Выход блюда (г)	пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 6							
Завтрак	суп крестьянский с крупой	250	9,65	13,78	12,05	212,47	82
	котлеты мясные	100	10,20	16,88	13,28	283,13	268
	рис припущенный	180	4,32	5,77	47,16	257,40	305
	винегрет овощной	100	1,50	10,10	11,70	143,70	67
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	чай с шиповником с сахаром	200\15\6	0,30	0,10	18,00	77,60	377
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			28,37	47,03	114,79	1037,90	

Меню
 для детей школьного возраста
 6-10 лет
 МБОУ "Араданская ОШ"

Прием пищи	наименование блюда	Выход блюда (г)	пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 6							
Завтрак	суп крестьянский с крупой	200	1,70	1,50	9,64	169,97	82
	котлеты мясные	80	6,36	7,30	10,62	226,50	268
	рис припущенный	150	3,60	2,86	25,84	129,45	312
	винегрет овощной	80	1,20	3,50	9,36	214,50	305
	хлеб пшеничный	30	2,50	2,40	12,74	63,60	гп
	чай с шиповником с сахаром	200\15\6	0,30	0,10	15,00	77,60	377
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			15,66	17,66	83,2	881,62	