

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ "Араданская ОШ"

О.Г. Веселкова

Дата: 14.05.24

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 7							
Завтрак	суп картофельный с горохом	250	5,07	5,40	24,00	165,00	102
	Жаркое по домашнему из говядины тушёной	180	17,50	8,02	21,60	229,37	268
	сельдь с маслом и луком	80	7,80	10,10	3,50	137,06	76
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	масло порционнно	10	0,10	7,25	0,14	66,20	14
	компот из сухофруктов	200	0,08	0,00	21,80	87,60	349
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			32,95	31,17	83,64	748,83

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 7							
Завтрак	суп картофельный с горохом лушёным	200	3,90	4,32	17,00	132,00	102
	Жаркое по домашнему из говядины тушёной	150	13,00	6,30	31,00	191,14	259
	сельдь с маслом и луком	80	0,11	3,87	3,50	89,00	76
	хлеб пшеничный	30	1,90	0,40	10,56	63,60	гп
	масло порционнно	10	0,10	3,90	0,14	66,20	14
	компот из сухофруктов	200	0,08	0,00	19,20	87,60	349
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			19,09	18,79	81,40	629,54