

Дата: 16.09.24

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ "Араданская ОШ"

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 1							
Завтрак	рассольник домашний	250	2,10	5,20	16,40	121,00	95
	плов из куриного филе	180	22,80	10,44	32,40	315,60	291
	салат витаминный	100	3,00	9,90	19,60	179,50	49
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	масло сливочное порционно	10	0,10	7,25	0,14	66,20	14
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	15,10	110,00	859
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			30,60	33,39	96,24	855,90	

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 1							
Завтрак	рассольник домашний	200	1,68	2,15	13,12	96,80	95
	плов из куриного филе	150	8,50	6,50	23,20	263,00	291
	салат витаминный	80	4,50	3,50	13,10	149,79	49
	хлеб пшеничный	30	2,80	0,40	12,46	63,60	гп
	масло сливочное порционно	10	0,10	6,00	0,14	66,20	14
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,20	0,20	15,10	110,00	859
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			17,78	18,75	77,12	749,39	