

Дата: 22.02.24.

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 2 | | | | | | | |
| Завтрак | щи из св капусты с картофелем | 250 | 1,60 | 5,00 | 11,50 | 97,40 | 88 |
| | тефтели мясные | 100 | 14,90 | 19,10 | 8,90 | 267,10 | 268 |
| | изделия макаронные отварные | 180 | 6,48 | 4,68 | 43,74 | 243,18 | 309 |
| | хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,40 | 12,60 | 63,60 | гп |
| | яйцо | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 209 |
| | чай с сахаром | 200 | 0,10 | 0,00 | 15,00 | 61,00 | 376 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 30,58 | 33,78 | 92,04 | 795,28 | |

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 2 | | | | | | | |
| Завтрак | щи из св капусты с картофелем | 200 | 1,28 | 2,10 | 7,30 | 77,92 | 88 |
| | тефтели мясные | 80 | 7,75 | 6,20 | 7,12 | 213,68 | 268 |
| | изделия макаронные отварные | 150 | 3,40 | 3,90 | 28,08 | 202,65 | 309 |
| | хлеб пшеничный | 30 | 1,50 | 0,40 | 12,74 | 63,60 | гп |
| | яйцо | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 209 |
| | чай с сахаром | 200 | 0,10 | 0,00 | 15,00 | 61,00 | 376 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 19,13 | 17,20 | 70,54 | 681,85 | |