

Дата:

23.05.24

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ "Араданская ОПШ"

О.Г. Веселкова

Меню

для детей школьного возраста

11-18 лет

МБОУ "Араданская ОПШ"

Прием пищи	наименование блюда	Выход блюда (г)	пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 4							
Завтрак	суп из овощей	250	1,80	5,00	14,20	109,20	99
	картофельное пюре	180	4,21	30,07	6,82	313,23	6
	рыба тушёная с овощами	100	14,00	9,30	5,20	161,00	229
	салат из свеклы	100	1,43	6,09	8,36	93,90	33
	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
	чай с сахаром	200	1,50	1,30	17,40	87,00	378
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			24,01	53,32	56,36	800,23	

Меню

для детей школьного возраста

6-10 лет

МБОУ "Араданская ОПШ"

Прием пищи	наименование блюда	Выход блюда (г)	пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 4							
Завтрак	суп из овощей	200	2,00	3,20	11,36	87,36	99
	картофельное пюре	150	3,51	8,20	16,70	261,03	6
	рыба тушёная с овощами	80	6,60	4,50	8,50	128,80	229
	салат из свеклы	80	0,11	0,50	6,68	75,12	33
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	масло сливочное порционно	10	0,10	2,50	0,14	66,20	14
	чай с сахаром	200	1,50	0,10	13,00	87,00	378
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			16,22	19,40	68,98	640,31	