

Дата: 6.03.15

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 4							
Завтрак	суп картофельный с горохом лущеным	250	5,07	5,40	24,00	165,00	102
	картофельное пюре	180	4,21	30,07	6,82	313,23	6
	котлета рыбная	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 порционнно	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			27,28	53,72	66,16	856,03	

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 4							
Завтрак	суп картофельный с горохом лущеным	200	3,90	4,32	17,00	132,00	102
	картофельное пюре	150	3,51	8,20	16,70	261,03	6
	котлета рыбная	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 порционнно	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			18,12	20,52	74,62	684,95	