

Дата: 13.05.18

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)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 7							
Завтрак	суп -лапша	250	2,60	5,60	13,40	115,00	113
	Жаркое по домашнему из говядины тушёной	180	17,50	8,02	21,60	229,37	268
	салат из отварной фасоли с овощами	100	6,30	10,40	20,00	199,00	кп
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	масло порционно	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		28,98	31,67	89,54	760,77	

Меню

для детей школьного возраста

6-10 лет

МБОУ "Араданская ОШ"

Прием пищи	наименование блюда	Выход блюда (г)	пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 7							
Завтрак	суп -лапша	200	2,08	4,48	7,10	92,00	113
	Жаркое по домашнему из говядины тушёной	150	13,00	6,30	31,00	191,14	259
	салат из отварной фасоли с овощами	80	4,04	6,32	11,10	159,20	кп
	хлеб пшеничный	30	1,90	0,40	10,56	63,60	гп
	масло порционно	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			21,20	21,40	79,10	659,74