

Дата: 16.01.25

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 9							
Завтрак	борщ с капустой и картофелем	250	1,20	4,90	15,20	112,20	82
	ленивые голубцы	100	3,80	3,50	5,40	68,00	268
	каша рассыпчатая гречневая	180	10,80	7,20	52,20	320,40	309
	икра кабачковая	100	2,00	9,00	8,50	122,00	50
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	63,00	377
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			20,40	25,00	108,90	749,20	

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 9							
Завтрак	борщ с капустой и картофелем	200	3,50	3,70	18,00	154,80	82
	ленивые голубцы	80	3,04	2,80	4,32	54,40	268
	каша рассыпчатая гречневая	150	8,01	6,00	29,68	267,00	302
	икра кабачковая	60	1,20	5,40	4,10	73,20	50
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	11,60	63,60	гп
	чай с сахаром	200	0,20	0,20	13,50	63,00	377
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			18,35	18,50	81,20	676,00	