

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ "Араданская ОШ"

Дата: 19.11.21

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		
<b>ДЕНЬ 2</b>							
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
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>30,58</b>	<b>33,78</b>	<b>92,04</b>	<b>795,28</b>

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		
<b>ДЕНЬ 2</b>							
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
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>			<b>19,13</b>	<b>17,20</b>	<b>70,54</b>	<b>681,85</b>