

Дата: 21.09.15

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 5							
Завтрак	Каша молочная гречневая	250	4,20	6,50	22,30	159,82	183
	фрукт свежий яблоко	200	0,80	0,80	9,80	94,00	847
	сыр твёрдый порционный	30	6,90	8,70	0,00	108,00	15
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	кофейный напиток	200	3,60	2,70	28,30	152,10	379
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			17,90	19,10	73,00	577,52	

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 5							
Завтрак	Каша молочная гречневая	200	3,36	5,20	17,84	127,85	183
	фрукт свежий яблоко	200	0,80	0,80	9,80	94,00	847
	сыр твёрдый порционный	30	6,90	8,70	0,00	108,00	15
	хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	гп
	кофейный напиток	200	3,60	2,70	28,30	152,10	379
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			17,06	17,80	68,54	545,55	