

Дата: 22.04.25

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)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ2							
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
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			30,58	33,78	92,04	795,28

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 2							
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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			19,13	17,20	70,54	681,85	