

Дата: 29.01.25

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 8 | | | | | | | |
| Завтрак | суп крестьянский с крупой | 250 | 9,65 | 13,78 | 12,05 | 212,47 | 82 |
| | капуста тушёная с тушёной говядиной | 180 | 11,90 | 9,70 | 8,10 | 167,50 | 336 |
| | винегрет овощной | 100 | 1,50 | 10,10 | 11,70 | 143,70 | 67 |
| | хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,40 | 12,60 | 63,60 | гп |
| | чай с шиповником с сахаром | 200\15\6 | 0,30 | 0,10 | 18,00 | 77,60 | 377 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 25,75 | 34,08 | 62,45 | 664,87 | |

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 6 | | | | | | | |
| Завтрак | суп крестьянский с крупой | 200 | 1,70 | 1,50 | 9,64 | 169,97 | 82 |
| | капуста тушёная с тушёной говядиной | 150 | 4,00 | 4,76 | 10,00 | 172,60 | 336 |
| | винегрет овощной | 80 | 1,20 | 3,50 | 9,36 | 214,50 | 305 |
| | хлеб пшеничный | 30 | 2,50 | 2,40 | 12,74 | 63,60 | гп |
| | чай с шиповником с сахаром | 200\15\6 | 0,30 | 0,10 | 15,00 | 77,60 | 377 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 9,70 | 12,26 | 56,74 | 698,27 | |