

Меню на 21.05 2024 г.

Утверждаю:

директор школы

НВ. Дюкина

21.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вита мин С	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	Каша молочная Пшеничная с маслом	175/5	4,55	3,20	26,07	101		103
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107		266
	Хлеб пшеничный	25	2,12	0,25	13,9	65,8		
	масло сливочное	5	0,032	2,9	0,052	26,4		5
	сыр	10	1,85	2,21	-	27	0,06	6
итого за завтрак		400	10,642	11,42	46,612	331,6	0,98	
2 завтрак	Сок	100	0,75	-	13,13	48	2,65	268
	Пуштыешыд	200	4,6	3,2	9,8	86	9,6	63
	Рыба тушеная с овощами	80	20,63	16,30	14,9	250	1,13	187
	Картофельное пюре	120	2,04	3,2	13,6	91,3		216
	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	18,57	79	90	267
	Хлеб пшеничный	25	2,12	0,25	13,9	65,8		
	Хлеб ржаной	28	2,31	0,42	11,69	60,34		
итого за обед		613	38,6	26,57	108,87	617,37	18,1	
	Пицца Детская	100	1,4	6,09	80,36	94	9,5	234
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,75	8,3	102		269
итого за полдник		250	6,55	10,85	26,05	233	2,81	
Итого за день:		1363	63,69	58,84	195,582	1353,97	49,03	
Сумма:	534,15 / 89,02							