

Рацион: Школьное меню

Меню на 2.02.2022

День: 02.02.2022

Утверждено
Директор: *В.С.*

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя:			Энергетическая ценность (ккал)
			Пищевые вещества (г)			
1	2	3	Б	Ж	У	7
Завтрак 1-4, ММС, ОБЗ завтрак						
27.01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
445.3	Котлеты из мяса птицы томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
211.05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420.06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак			19,79	16,71	83,43	562,93
Обед ОБЗ						
53.39	Щи из свежей капусты с мясом птицы	200/60	1,55	4,11	7,18	72,63
80.55	Рыба, тушенная с овощами (Филе минтая)	50/50	9,15	7,03	1,96	108,13
611.02	Рис припущенный	150	4,55	7,88	46,75	275,89
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420.06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4	0,5	27,5	130
Итого за Обед			19	20	93	627
Обед 5-11						
	салат из свеклы	100	1,00	3,00	5,00	51,00
	Котлеты из мяса птицы	50	13,00	14,00	8,00	209,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	100	4,00	3,00	22,00	131,00
	соус томатный	50		1	1,00	14,0
	Чай с сахаром / <i>хлеб</i>	200/ <i>55</i>	<i>4</i>	<i>0,5</i>	16,0 <i>27</i>	69 / <i>130</i>
Итого за Обед			18,00	21,00	52,00	474,00
Итого за день			57,04	57,23	228,80	1663,48

3-день.