

10-5

Утверждено
Директор ДОО

Рацион: Школьное меню

Меню на 11.02.2022

День: 02.02.2022
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1-4, ММС, ОБЗ завтрак						
80,62	Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,64	38,96	229,69
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,2	0,4	2,2	104
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
10,00	Печенье	35	3,2		4,5	62
Итого за Завтрак			20,37	17,92	77,61	555,58
Обед ОБЗ						
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
53,39	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/60	1,55	4,11	7,18	72,63
131,80	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,65	37,28	359,21
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	2,2	104
Итого за обед			20,6	24,3	82,4	630,7
Обед 5-11						
	Тефтели из мяса птиц					
	Каша гречневая	90				
	Соус томатный	100	8,00	6,00	47,00	208,00
	Чай с сахаром	50		1,00	1,00	14,00
	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			16,00	70,0
		85	2,0		14	71
Итого за Обед			10,00	7,00	78,00	636,00
Итого за день			51,01	49,19	238,00	1822,28