

Рацион: Школьное меню

Меню на 4.04.2022.

День: 1
Неделя: 1

Утверждено
Директор



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1-4, ММС, ОБЗ						
27,01						
80,62	Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)					
610,03	Рис припущенный	50/50	10,18	7,78	2,17	
282,11	Напиток витаминизированный "Витощка"	150	3,79	6,54	38,96	119,99
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			9,7	229,69
		30	4	0,5	27,5	39
Итого за Завтрак						
			20,60	17,48	78,33	130
Обед ОБЗ						
53,42	Щи из свежей капусты с мясом птицы					
233,23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	250/60	1,68	4,86	7,36	553,68
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	50/50	19,83	17,99	2,93	
283	Чай с сахаром	150/5	5,62	4,31	37,08	80,73
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			9,98	251,97
		50	3,2	0,4	22	210,5
Итого за Обед						
			30,53	27,56	79,35	39,9
Обед 5-11						
	Котлеты из птиц					104
	Макаронные изделия отварные с маслом	100	13,00	14,00	8,00	687,10
	Соус томатный	100	4,00	3,00	22,00	
	Чай с сахаром	50		1,00	1,00	208,00
	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200	16			131,00
		85	2,0			14,0
Итого за Обед						
			35,00	18,00	45,00	70,0
Итого за день						
			86,13	63,04	202,68	71
						494,00
						1734,78