

10-66

Рацион: Школьное меню

Меню на 20.05.2022г.

День: 2
Неделя: 2

Утверждено
Директор ДД

№ реп.	Пример 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	6,54	38,96	229,69
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,2	0,4	22	104
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
10,00						
Итого за Завтрак			17,17	14,72	43,11	493,58
Обед ОБЗ						
25,09	Салат из свеклы с яблоками		20,37	17,92	77,61	555,58
53,39	Рассольник Ленинск.	60	0,68	3,11	5,95	54,96
131,80	Плов из мяса птицы	250/60	1,55	4,11	7,18	72,63
283	Чай с сахаром	250	15,21	16,65	37,28	359,21
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			9,98	39,9
Итого за обед			3,2	0,4	22	104
Обед 5-11						
	Тефтели из мяса птиц		20,6	24,3	82,4	630,7
	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	79,0
		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