

Рацион: Школьное меню

Меню на 27.09.2022.

День: 2
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
502,53	Котлеты из мяса птицы					
138,06	Картофельное пюре					
293	Чай					
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания					
38	Итого за Завтрак					
	Обед ОБЗ					
56,13	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы	250/60	9,95	9,99	57,30	364,19
423,18	Котлеты рыбные (филе минтая) с томатным соусом	60/40	2,03	5,67	10,16	100,62
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	7,86	6,26	8,12	120,8
283	Чай с сахаром	200	5,82	4,31	37,08	210,5
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	9,98	39,9
	Итого за Обед					
	Обед 5-11					
	Гуляш из мяса птицы	80/25	18,91	16,64	87,34	575,82
	Макаронные изделия отварные с маслом	100	13,00	16,00	39,00	350,00
	Чай с сахаром	200	6,00	5,00	36,00	212,0
	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	85	2		15,00	60,0
	Итого за Обед					
	Итого за день		21,00	21,00	104,00	693,00
			49,86	47,63	248,64	1633,01