

Рацион: Школьное меню

Меню на 05.12.2022.

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	Яблоко					
80,62	Каша пшеничная	125	0,4	0,4	9,8	47
610,03	Бутерброд с маслом	230	10,18	7,78	2,17	119,99
282,11	Напиток витаминизированный "Виташка"	35	3,79	6,54	38,96	229,69
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			9,7	39
Итого за Завтрак						
Обед ОБЗ						
53,42	Ци из свежей капусты с мясом птицы		20,60	17,48	78,33	553,68
233,23	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	250/60	1,68	4,86	7,36	80,73
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	50/50	19,83	17,99	2,93	251,97
283	Чай с сахаром	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			9,98	39,9
Итого за Обед						
Обед 5-11						
	Котлеты из птиц		30,53	27,56	79,35	687,10
	Макаронные изделия отварные с маслом	100	13,00	14,00	8,00	208,00
	Соус томатный	100	4,00	3,00	22,00	131,00
	Чай с сахаром	50			1,00	14,0
	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200	16		1,00	70,0
Итого за Обед						
Итого за день						
		85	2,0		14	71
			35,00	18,00	45,00	494,00
			86,13	63,04	202,68	1734,78