

Утверждено
Директор: *Р.С.*



Меню на 18.01.2023

Рацион: Школьное меню

День:
Неделя: 1

№ 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, овз, ммс завтрак						
27,01						
2,10	Бутерброд с мясом	35	3,79	6,54	38,96	229,69
131,80	Плов из мяса птицы	80/120	15,21	16,65	37,28	359,21
282,11	Напиток витаминизированный "Витошка"	200			9,7	39
38,59	Хлеб	2,15	0,4	0,4	9,8	47
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,6	0,45	24,75	117
Итого за Завтрак			18,81	17,11	46,98	398,24
Обед овз						
54,47	Рассольник ленинградский с мясом птицы	250/35	2,09	5,01	13,9	109,77
502,53	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	75	9,95	9,48	8,57	159,02
138,06	Картофельное пюре	150	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,6	0,45	24,75	117
2,10	салат капуста / Вафли	60/50	1,28	3,08	7,01	62,12
Итого за Обед			19,59	21,03	83,70	602,88
Обед 5-11						
	котлеты из птицы	50	10,00	11,00	8,0	171,00
	картофельное пюре	100	3,00	6,00	22,00	153,00
	чай с сахаром	200		1,00	16,0	69,00
	хлеб	85	2		12,00	59,0
Итого за Обед			15,00	18,00	56,00	452,00
Итого за день			55,28	59,71	232,69	1690,96