

10-6

Рацион: Школьное меню

Меню на 25.01.2023

День:
Неделя: 2

Утверждено
Директор *Р.С.*

№ 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, ММС, ОБЗ завтрак						
80,62	Рыба, тушеная с овощами (Филе минтая)	50/60	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	сок	120	17,14	14,32	73,11	493,58
Итого за Завтрак						
Обед ОБЗ						
25,09	Салат из свеклы с яблоками		20,37	17,92	77,61	555,58
53,39	Рассольник Ленинград.	60	0,68	3,11	5,95	54,96
131,80	Курица из мяса птицы	250/35	1,55	4,11	7,18	72,63
283	Чай с сахаром	50/100	15,21	16,65	37,28	359,21
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200/190			9,98	39,9
Итого за обед						
Обед 5-11						
	Тефтели из мяса птиц		20,6	24,3	82,4	630,7
	Каша гречневая	90				208,00
	Соус томатный	100	8,00	6,00	47,00	273,00
	Чай с сахаром	50		1,00	1,00	14,00
	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			16,00	70,0
Итого за Обед						
Итого за день						
			10,00	7,00	78,00	636,00
			51,01	49,19	238,00	1822,28