

Рацион: Школьное меню

Меню на 30.01.2023

День:

Неделя:

Утверждено
Директор: *РК*

№ 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, ОВЗ завтрак						
27.01	ЯБЛОКО					
445.3	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	215	0,4	0,4	9,8	47
211.05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	9,97	11,9	8,87	182,63
283	Чай с сахаром	200	5,82	4,31	37,08	210,5
					9,98	39,9
420.06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30				
Итого за Завтрак			4	0,5	27,5	130
Обед ОВЗ			19,79	16,71	83,43	432,93
53.39	Щи из свежей капусты с мясом птицы	250/35				
80.55	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	50/60	1,55	4,11	7,18	72,63
611.02	Рис припущенный	150	9,15	7,03	1,96	108,13
283	Чай с сахаром	200	4,55	7,88	46,75	275,89
	йогурт				9,98	39,9
420.06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	120				
Итого за Обед			50	4	0,5	27,5
Итого за Завтрак			19	20	93	627
Обед 5-11						
	салат из свеклы	100	1,00	3,00	5,00	51,00
	Котлеты из мяса птицы	50	13,00	14,00	8,00	209,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	100	4,00	3,00	22,00	131,00
	соус томатный	50		1	1,00	14,0
	Чай с сахаром / Хлеб	200/35	4	0,5	16,028	69 / 130
Итого за Обед			18,00	21,00	52,00	474,00
Итого за день			57,04	57,23	228,80	1663,48

3-4

-92НБ.