

Рацион: Школьное меню

Меню на: 20.02.2023

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	Завтрак 1-4, ММС, ОБЗ завтрак				
138,06	Картофельное пюре	75	9,95	9,48	8,57	159,02
293	Чай	150	3,95	6,09	26,5	177,19
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200	3,2	3,2	4,5	62
38	Булочки с маслом /Аппетит	30	2,4	0,3	16,5	78
Итого за Завтрак			35,79	6,54	38,96	229,69
Обед ОБЗ			19,5	2,56	35,03	205,9
56,13	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы	250/34	2,03	5,67	10,16	100,62
423,18	Котлеты рыбные (филе минтая) с томатным соусом	60/	7,86	6,26	8,12	120,8
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	3,2	0,4	22	104
Итого за Обед			50			
Обед 5-11			18,91	16,64	87,34	575,82
56,13	Гуляш из мяса птицы					
423,18	Макаронные изделия отварные с маслом	80/25	13,00	16,00	39,00	350,00
211,05	Чай с сахаром	100	6,00	5,00	36,00	212,0
283	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	200			15,00	60,0
420,02	Итого за Обед	85	2		14,00	71,0
Итого за день			21,00	21,00	104,00	693,00
			49,86	47,63	248,64	1633,01