

10-6

Рацион: Школьное меню

Меню на 22.02.2023

День
Неделя: 2

Утверждено
Директор ДС

№ 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	14,72	73,17	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			85	2,0	14	71
Итого за день						
			10,00	7,00	78,00	636,00
			51,01	49,19	238,00	1822,28