9

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

МОБУСОШ д. Утягулово **День:** 13.04.2023.

Неделя: 2,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00
Завтрак						
	Макароны с котлетой и	320	21,00	27,00	58,00	249,60
117	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	14,00	58,00
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,00	25,00	118,00
198	Вафли	50	1,00	2,00	39,00	177,00
Итого за Завтрак			**26,00**	**29,00**	**136,00**	**602,60**
Обед ОВЗ						
33	Салат из капусты	60	1,00	3,00	5,40	52,70
88	Суп картофельный бобовый	200	10,00	9,10	14,00	171,70
94	Гречка	150	4,30	5,00	18,70	133,50
	Гуляш	90	12,80	15,70	2,80	195,60
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,10	56,20
	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
184						
Итого			**33,60**	**33,20**	**90,10**	**775,50**
Завтрак 5-11						
	Макароны отварные	200	17,00	59,00	43,50	249,60
	Котлеты из птиц	90	13,80	19,70	12,50	270,80
	Соус томатный	30	0,20	1,70	1,80	23,90
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	14,30	58,40
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,30	25,10	118,40
Итого за Обед			**35,10**	**80,70**	**97,20**	**721,10**
Итого за день			**94,70**	**142,90**	**323,30**	**2099,20**