



**Меню для обучающихся общеобразовательной организации
МБОУ «Нискассинская СОШ»**

Сезон: весенний-летний

Возрастная категория: с 12 лет и старше
на 10 марта 2022 года

**Вторая неделя
День 4 (четверг)**

Прием пищи	Наименование блюда	Номер рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр порциями		25	5,75	9,75	0	90	6,50
	Каша молоч. пшеничная с маслом	302*	150/5	6,45	7,78	33,02	228	7,00
	Чай с сахаром	685*	200	0,20	0,05	15,01	57,00	3,00
	Хлеб ржаной		30	2,82	0,6	0,6	126	1,95
	итого:			15,22	18,18	48,63	501	18,45
обед	Салат из свеклы	33**	60	0,86	3,65	5,02	56,34	5,00
	Суп картофельный рыбный	133*	200/12,5	4,57	2,8	15,3	107	19,00
	Котлеты рубленые из птицы с соусом	498*	80(50/30)	10,84	7,6	1,86	157	22,00
	Каша пшеничная вязкая	302*	150	4,21	4,8	22,99	154	8,00
	Компот из изюма	631*	200	0,16	0,16	27,87	128	3,00
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	2,20
Итого за обед				23,46	19,61	73,64	728,34	59,20

Повар:

Зарева

Зарева О. С.