

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ «Нискасинская СОШ»

Дмитриев А. Н.

Меню для обучающихся общеобразовательной организации
МБОУ «Нискасинская СОШ»

Сезон: весенний-летний

Возрастная категория: с 12 лет и старше

на 21 марта 2022 года

Вторая неделя
День 1 (понедельник)

Прием пищи	Наименование блюда	Номер рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Масло сливочное порциями		10	0,05	8,25	0,08	75	4,80
	Каша молоч. рисовая с маслом	302*	150/5	4,47	6,87	31,88	208	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	2,10
	итого:			7,54	15,77	47,57	466	16,90
обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	20*	60	0,54	4,3	1,9	49	12,00
	Суп картофельный с горохом	139*	200	4,71	3,73	15,96	118	20,00
	Котлеты рубленые с соусом	413*	80(50/30)	9,08	15,2	9,2	165	18,50
	Макароны отварные	516*	150	5,32	4,89	35,52	211	8,00
	Компот из кураги	638*	200	1,04	0	30,96	123	4,50
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	3,00
	Мандарины							9,00
Итого за обед				23,51	28,72	94,14	792	75,00

Повар:

Зарева

Зарева О. С.