

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 22 марта 2022 года

Вторая неделя
День 2 (вторник)

| 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 | 7,00 |
| | Каша молоч. манная с маслом | 302* | 150/5 | 5,67 | 6,98 | 30,82 | 209 | 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: | | | 14,44 | 17,38 | 46,43 | 482 | 19,10 |
| обед | Огурцы свежие порциями | 71* | 60 | 0,48 | 0,12 | 3,12 | 12 | 12,00 |
| | Борщ с капустой картофелем со сметаной | 110* | 200/5 | 1,47 | 4,67 | 7,31 | 89 | 20,00 |
| | Тефтели рубленные с соусом | 451* | 80(50/30) | 9,08 | 9,46 | 10,66 | 165 | 16,50 |
| | Рис отварной | 511* | 150 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 228 | 8,00 |
| | Компот из смеси сухофрукт | 639* | 200 | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 | 3,00 |
| | Хлеб ржаной | | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 3,00 |
| Итого за обед | | | | 18,1 | 20,96 | 89,18 | 736 | 62,50 |

Повар:

Зарева

Зарева О. С.