



Меню для обучающихся общеобразовательной организации
МБОУ «Нискасинская СОШ»

Сезон: весенний-летний

Возрастная категория: с 12 лет и старше
на 11 апреля 2022 года

Первая неделя
День 1 (понедельник)

Прием пищи	Наименование блюда	Номер рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб.)
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр порциями		25	5,75	9,75	0	90	
	Каша молоч. пшеничная с маслом	302*	150/5	6,45	7,78	33,02	228	4 ⁰⁰
	Чай с сахаром	685*	200	0,20	0,05	15,01	57,00	3 ⁰⁰
	Батон "Нарезной"		30	7,5	2,9	50,9	264	2 ¹⁰
	итого:			19,9	20,48	98,93	639	20²⁵
обед	Огурцы свежие порциями		60	0,48	0,12	3,12	12	10 ⁰⁸
	Суп картофельный с горохом	139*	250	4,71	3,73	15,96	118	23 ⁰⁰
	Котлеты рубленные с соусом	413*	80(50/30)	9,08	15,2	9,2	165	19 ⁰⁰
	Макароны отварные	516*	200	5,32	4,89	35,52	211	8 ⁰⁰
	Чай с фруктовым соком	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	4 ⁰⁰
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	3 ⁰⁰
Итого за обед				22,75	24,56	88,93	727	67⁰⁸

Повар: Зарева Зарева О. С.