

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 06 апреля 2022 года

Вторая неделя
День 3 (среда)

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	5,30
	Каша молоч. гречневая с маслом	302*	150/5	6,76	7,66	31,2	222	10,85
	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:			9,83	16,56	46,89	480	21,25
обед	Салат из квашенной капусты	47*	60	1	3	4,7	51,4	5,00
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	124*	200/5	1,46	4,75	6,22	79	24,00
	Котлеты рыбные с соусом	371*	80(50/30)	9,04	8,22	10,71	155	21,00
	Пюре картофельное	520*	150	3,22	5,56	22	155	12,50
	Компот из чернослива	638*	200	0,57	0	34,41	136	4,50
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	3,00
Итого за обед				18,11	22,13	78,64	702,4	70,00

Повар:

Зарева

Зарева О. С.