

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 13 апреля 2022 года

Первая неделя

День 3 (среда)

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	8 ⁰⁰
	Каша молоч. пшеничная с маслом	302*	150/5	4,21	4,8	22,99	154	7 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:			17,66	17,5	88,9	565	20⁰⁰
обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	20*	60	0,54	4,3	1,9	49	12 ⁰⁰
	Суп картофельный с макаронными изделиями	140*	250	2,26	4,3	16,68	117	24 ⁰⁰
	Рыба припущенная с соусом	371*	80(50/30)	13,81	5,76	2,73	139	24 ⁰⁰
	Пюре картофельное	520*	150	3,22	5,56	22	155	12 ⁵⁰
	компот из изюма	639*	200	0,36	0	33,16	128	4 ⁵⁰
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	3 ⁰⁰
Итого за обед				23,01	20,52	77,07	714	80⁰⁰

Повар: _____ Зарева О. С.