



Меню для обучающихся общеобразовательной организации
МБОУ «Нискасинская СОШ»

Сезон: весенний-летний

Возрастная категория: с 12 лет и старше

на 14 апреля 2022 года

Первая неделя
День 4 (четверг)

Прием пищи	Наименование блюда	Номер рецептуры	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб.)
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Масло сливочное порциями		10	0,05	8,25	0,08	75	530
	Каша молоч. гречневая с маслом	302*	150/5	6,76	7,66	31,2	222	1085
	Чай с сахаром	685*	200	0,20	0,05	15,01	57,00	300
	Батон "Нарезной"		30	7,5	2,9	50,9	264	110
	итого:			14,51	18,86	97,19	618	4005
обед	Салат из свеклы	33	60	0,86	3,65	5,02	56,34	150
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	124*	250/5	1,46	4,75	6,22	79	2400
	Плов из пшеницы	492*	200	27	9	37,4	341	1620
	Компот из чернослива	638*	200	0,57	0	34,41	136	450
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,6	0,6	126	300
Итого за обед				32,71	18	83,65	738,34	5520
Итого за обед				65,42	36	167,3	1476,68	

Повар: Зарева Зарева О. С.