

меню школьника на 04 марта 2024 года

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

5 - 9 класс

6.2	8.05	31.09	222	200.5	каша манная молочная	9.76
1.7	15.1	10.26	183	30/30	бутерброд маслом	10.80
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	6.83

11.67 27.08 67.3 559

Итого 27.39

Обед

6.22	8.21	18.39	171	250	суп из овощей	19.97
19.25	25.11	37.72	463	310	котлета из говядины, картофельное пюре, соус томатный	61.47
2.28	0.24	14.58	71	60	хлеб пшеничный/хлеб ржаной	1.39
0.18	0.04	15.2	59	200	чай	1.80

27.93 33.6 85.89 764

Итого 84.63

Полдник

2	0.2	6	36	200	сок	26.00
---	-----	---	----	-----	-----	-------

2 0.2 6 36

Итого 26.00

Итого за день

138.02

Зав.производством

пищевая ценность				Выход гр.	Наименование блюда	Стоимость питания
белки	жиры	углеводы	кКал			

Завтрак

3 - 4 класс

6.2	8.05	31.09	222	200/5	каша манная молочная	9.76
1.7	15.1	10.26	183	30	бутерброд маслом	10.80
3.77	3.93	25.95	154	200	какао с молоком	6.83

11.67 27.08 67.3 559

Итого 27.39

Обед

6.22	8.21	18.39	171	250	суп из овощей	19.97
18.62	23.9	33.07	431	270	котлета из говядины, картофельное пюре, соус томатный	54.20
2.28	0.24	14.58	71	30	хлеб пшеничный/хлеб ржаной	1.39
0.18	0.04	15.20	59	200	чай	1.80

27.30 32.39 81.24 732

Итого 77.36

Полдник

18.61	2.17	43.76	206	60	ватрушка с повидлом	8.28
				200		

18.61 2.17 43.76 206

Итого 8.28

Итого за день

113.03



Анфалова Е.А.