

Утверждаю  И.О. Директора школы
И.И. Кузнецова

меню школьника на 22 марта 2024 года

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

Завтрак

5 - 9 класс

5,58	6,12	19,73	156	200,5	каша ячневая молочная	9,28
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с маслом	10,80
2,79	3,19	19,71	119	200	какао с молоком	8,84
12,63	16,17	45,92	380		Итого	28,92

Обед

4,44	4,5	25,14	106	250	рассольник ленинградский	22,60
25,33	24,31	65,56	582	310	тефтели из говядины, каша гречневая рассыпчатая, соус томатный	53,06
2,28	0,24	14,58	71	60	хлеб пшеничный	1,47
0,12		12,04	49	200	компот из сухофруктов	3,90
32,17	29,05	117,32	588		Итого	81,03

Полдник

2	0,2	5,8	36	200	сок	28,00

2 0,2 5,8 36 **Итого** 28,00

Итого за день 137,95

Зав. производством

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

Завтрак

3 - 4 класс

5,58	6,12	19,73	156	200,5	каша ячневая молочная	9,28
4,26	6,86	6,48	105	30	бутерброд с маслом	10,80
2,79	3,19	19,71	119	200	какао с молоком	8,84
12,63	16,17	45,92	380		Итого	28,92

Обед

4,44	4,50	25,14	106	250	рассольник ленинградский	22,60
25,33	24,31	65,56	582	270	тефтели из говядины, каша гречневая рассыпчатая, соус томатный	46,73
2,28	0,24	14,58	71	30	хлеб пшеничный	1,47
0,12	0,00	12,04	49	200	компот из сухофруктов	3,90
32,17	29,05	117,32	808		Итого	74,70

Полдник

				60		
2,00	0,20	5,80	36	200	сок	28,00

2 0,2 5,8 36 **Итого** 28,00

Итого за день 131,62

 Лифанова Е.А.