



Утверждаю.

Директор школы:

М.В. Дударева

20 г

### Меню на 28.12.2024 г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход Гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	Ккал
	<b><u>Завтрак</u></b>					
106	Каша манная молочная, вязкая	180	4,09	4,57	27,54	169,20
261	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,46	7,55	14,62	136
	<b>Итого завтрак:</b>	400	6,61	12,12	52,15	345,20
	<b><u>Второй завтрак</u></b>					
268	Сок фруктовый	200	1,0	0	20,2	88
	<b><u>Итого второй завтрак</u></b>	200	1,0	0	20,2	88
	<b><u>Обед</u></b>					
	Суп картофельный с бобовыми	200	6,89	6,18	16,06	143,69
183	Котлета «Загадка»	70	9,0	8,0	5,3	130,0
219	Пюре из моркови	150	1,97	5,06	10,58	96
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,4	128,40
253	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,98	102,6
	<b><u>Итого обед:</u></b>	640	21,30	19,62	77,32	600,69
	<b><u>Полдник</u></b>					
131	Омлет натуральный	150	13,51	18,77	3,36	234,37
254	Кисель	180	0,12	0,10	27,02	109,4
	<b>Итого полдник:</b>	330	13,63	18,87	30,38	343,77
	<b>Итого за день:</b>	1570	42,54	50,63	180,05	1374,10