



Утверждаю.

Директор школы:

М.В. Дударева

20 г

Меню на 06.02.2025 г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход Гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	Ккал
	<u>Завтрак</u>					
68	Суп молочный с вермишелью	200	5,76	5,22	18,84	145,20
264	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
	Батон нарезной	30	2,46	2,34	18,27	102,6
	Итого завтрак:	410	11,07	9,97	51,47	338,8
	<u>Второй завтрак</u>					
270	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92
	Итого второй завтрак:	180	5,22	4,5	7,56	92
	<u>Обед</u>					
34	Салат из свеклы отварной	60	0,86	3,65	5,02	56,4
62	Суп картофельный с овсяной крупой	200	1,78	2,38	11,30	73,80
189	Фрикадельки мясные в соусе	80	12,98	13,10	11,92	218
210	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	210
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,4	128,4
253	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,02	24,98	102,6
	Итого обед:	710	39	39,35	169,34	789,20
	<u>Полдник</u>					
227	Морковь тушеная в сметанном соусе	150	2,14	6,66	11,79	115,50
261	Чай	180	0,06	0,02	9,99	40
	Итого полдник:	330	2,20	6,68	21,78	155,5
	Итого за день:	1630	41,2	46,03	191,12	1375,50