"Согласовано"

И.о.директора МБОУ «Семиозерская ООШ»

Подпись _____

Меню приготавливаемых блюд 1-4кл

на 9 января 2024 года

(вторник, неделя первая)

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. Ценн.	№ рецепт.	
	Завтрак	Запеканка творожная с соусом молочным сладким № 327	200	12,45	11,28	35,76	295,06	223/327	
		Батон пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	70,14	к/к	
		Напиток кофейный на молоке	200	3,60	2,67	29,20	155,20	379	
		Яблоко	100	0,80	5,50	4,30	67,10	338	
60-00	**Итого за завтрак**		530	19,22	19,75	83,75	587,5		51-75
	Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	3,67	13,71	83,80	112	
		Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288	
		Котлета рыбная (минтай) с соусом № 326	90	11,99	12,05	8,67	188,90	239/326	
		Рис отварной	150	3,67	5,42	36,67	210,11	304	
		Салат витаминный (2 вариант)	60	1,56	3,73	13,29	92,94	49	
		Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377	
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к	
75-00	**Итого за обед**		770	25,43	26,89	112,01	776,82		73-25
135-00	**Итого за день**								125-00