"Согласовано"
И.о.директора МБОУ "Семиозерская ООШ"
Подпись _____

Меню приготавливаемых блюд 1-4кл

на 11. 01. 2024 года

(четверг, неделя первая)

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. Ценн.	№ рецепт.	
	Завтрак	Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	210	9,52	4,17	35,46	201,70	181	
		Бутерброд с сыром	40	4,9	11,55	17,10	193	2017	
		Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377	
		Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	37,80	338	
60-00	**Итого за завтрак**		550	15,45	15,84	70,91	474,18		51-75
	Обед	Суп из овощей	200	1,68	5,98	9,35	98,37	99	
		Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288	
		Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	90	12,00	10,64	11,66	172,12	268/332	
		Картофель отварной с маслом растительным	150	2,86	4,32	23,01	142,35	125	
		Салат из отварной свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	52	
		Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342	
		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	23,53	26,79	100,76	738,57		73-25
135-00	**Итого за день**								125-00