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

Меню приготавливаемых блюд 1-4кл

на 2 мая 2024 года

(четверг, неделя вторая)

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. Ценн.	№ рецепт.	
	Завтрак	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	210,00	7,04	10,42	19,12	193,64	173	
		Сыр (порциями)	15,00	3,48	4,43	0,00	54,60	15	
		Батон пшеничный в/с	60,00	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к	
		Печенье затяжное	20	0,38	1,08	6,41	35,27	к/к	
		Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,2	155,2	379	
60-00	**Итого за завтрак**		505,00	19,24	19,20	83,71	578,99		
	Обед	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	210	1,31	2,22	5,02	65,20	92	
		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	
		Капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	321	
		Томаты свежие порционно	60,00	2,16	4,04	1,01	48,79	71	
		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**		780	24,38	25,58	103,93	769,03		
135-00	**Итого за день**								137-00

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

Меню приготавливаемых блюд 1-4кл

на 3 мая 2024 года
(пятница, неделя вторая)

	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. Ценн.	№ рецепт.	
	Завтрак	Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным	210	7,21	11,58	7,86	203,00	183	
		Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к	
		Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,20	382,00	
		Джем/Повидло	30	0,15	0	17,48	86,52	к/к	
60-00	**Итого за завтрак**		500	15,62	15,90	79,81	575,00		
	Обед	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	81,00	97	
		Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	228	
		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 из квашеной капусты	60	1,03	3,01	5,1	51,62	47	
		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**		770,00	24,62	24,76	103,42	732,70		
135-00	**Итого за день**								137-00