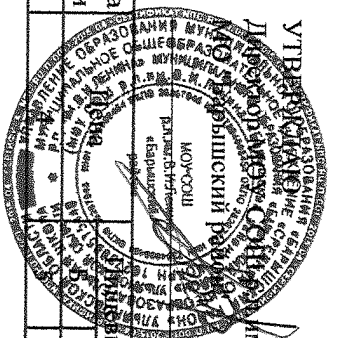


МЕНЮ  
"09" сентября 2024 г.

Понедельник

УТВЕРЖАЮЩИЙ  
Директор  
И.М. В.И. Ленина

С.В. Фечин



№ рел.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность		Пищевые вещества (г)	
			ккал	б/ж/у	ж	у
1		2			6	7
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
102.2	Салат-коктейль фруктовый	100	9,64	0,7	0,3	12
377	Чай фруктовый	200	1,44	0,6	0,2	7
396	Влины со ступенным молоком	200	33,04	15,6	13,7	87,5
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>54,16</b>	<b>16,9</b>	<b>14,2</b>	<b>106,5</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
52	Салат из свежкы с маслом растительным	60	3,55	0,9	2,5	5,3
54-1с	Ши из свежей капусты со сметаной	200	6,34	4,7	5,6	5,7
54-1г	Макаронны отварные	150	9,64	5,3	4,9	32,8
299-У	Котлета куриная	90	18,43	19,3	16,9	21,3
349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,04	0,4	0	21,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,88	3,3	0,6	19,8
	<i>отваренные макароны</i>	103,4	10,45			
	<i>рыбка</i>	100	13,2			
<b>Итого за Обед (полноценный рацион питания)</b>			<b>100,25</b>	<b>33,9</b>	<b>30,5</b>	<b>106,5</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>						
52	Салат из свежкы с маслом растительным	60	3,55	0,9	2,5	5,3
54-1с	Ши из свежей капусты со сметаной	200	6,34	4,7	5,6	5,7
54-1г	Макаронны отварные	150	9,64	5,3	4,9	32,8
299-У	Котлета куриная	90	18,43	19,3	16,9	21,3
349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,04	0,4	0	21,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,88	3,3	0,6	19,8
<b>Итого за Обед (полноценный рацион питания)</b>			<b>56,5</b>	<b>33,9</b>	<b>30,5</b>	<b>106,5</b>
<b>Подник</b>						
15-У	Компот из яблок	200	6,1	0,2	0,2	6,7
456,31	Пирожок печёный мясо-овощной	100	10,54	11,6	7,9	41,9
<b>Итого за Подник</b>			<b>16,64</b>	<b>11,8</b>	<b>8,1</b>	<b>48,6</b>

Ст. повар *О.А. Разина*

Мед.сестра *Н.В. Журкина*