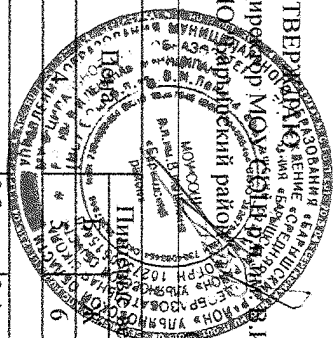


МЕНЮ
"29" 09/2024 г.

Вторник

УТВЕРЖАЮ: Директор МОУ "Средняя школа №1" г. И.И. Ленина
МО "Архангельский район"
В.В. Фечин



№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Питательные вещества (г)						
			Белки	Жиры	Углеб.	Вит. А	Вит. В1	Вит. В2	У
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Завтрак 1-4 класс									
330	Сулс сметанный	30		0,8	2,4	2,3			
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	13,87	3,9	2,9	11,2			
394-У	Вареники с картофелем	120	16,73	5,8	8,7	32,1			
Пром.	Яблоко	120	11,40	0,5	0,5	11,8			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	1,66	2,3	0,2	14,8			
Итого за Завтрак			34,46	13,3	14,7	72,2			
Обед 1-4 класс									
17	Нарезка овощная "Ассорти"*	60	5,42	0,4	0	1,1			
82-У	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	6,87	5,1	4,5	10,8			
304-У	Рис отварной	150	11,48	3,5	4,3	35,8			
295-У	Котлета рыбная	90	8,37	17,1	23,1	22,6			
15	Компот из яблок и вишни	200	8,28	0,2	0,1	20,1			
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,22	3,3	0,6	19,8			
	Сыр	100	37,0						
	Уксус	100	1,67						
Итого за Обед (полноценный рацион питания)			100,95	29,6	32,6	110,2			
Обед 5-11 класс									
17	Нарезка овощная "Ассорти"*	60	5,42	0,4	0	1,1			
82-У	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	6,87	5,1	4,5	10,8			
304-У	Рис отварной	150	11,48	3,5	4,3	35,8			
295-У	Котлета рыбная	90	8,37	17,1	23,1	22,6			
15	Компот из яблок и вишни	200	8,28	0,2	0,1	20,1			
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,22	3,3	0,6	19,8			
Итого за Обед (полноценный рацион питания)			61,58	29,6	32,6	110,2			
Полдник									
342	Компот из свежих плодов	200	8,28	0,4	0	6,4			
432.28	Эчпочмак	100	8,6	8,6	6,8	33,4			
Итого за Полдник			9	6,8	39,8				

Ст. повар *Вед* Шишмарова В.В.

Мед.сестра *Суркина* Н.В. Журкина