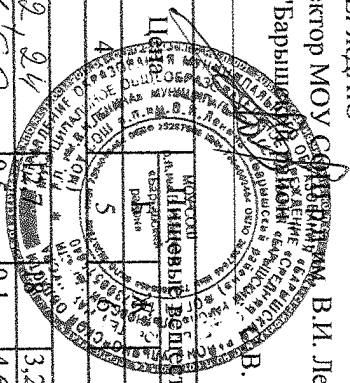


МЕНЮ  
"1" Календарь 2024 г.

Пятница

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СОШ № 1 им. В.И. Ленина  
МО "Барышский район" Республики Татарстан  
В.Фечин



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	1	2	3	4	5	6	7
			Калории	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. В1	Вит. В2
<b>Завтрак 1-4 класс</b>									
54-10	Омлет натуральный	150	92,94	12,9	1,9	1,9	3,2		
23	Чай витаминизированный	200	1,60	0,5	0,1	4,6			
Пром.	Банан <i>мангарица</i>	130 г/шт	99,10	2	0,7	27,3			
Пром.	Хлеб пшеничный	50	1,66	3,8	0,4	24,6			
<b>Итого за Завтрак</b>			<i>54,46</i>	19	19,2	59,7			
<b>Обед 1-4 класс</b>									
17	Нарезка овощная "Ассорти"*	60	5,42	0,4	0	1,1			
54-6г	Рис отварной	150	11,48	3,6	4,8	36,4			
392,32	Суп "Легкий"	200	16,8	18	18,7	30,9			
234-У	Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом	90	85,37	15,3	10,9	23,7			
343-У	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	6,09	0,5	0,1	12,8			
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный <i>887010</i>	70	4,22	3,3	0,6	19,8			
<b>Итого за Обед (полноценный рацион питания)</b>			<i>100,25</i>	41,1	35,1	124,7			
<b>Обед 5-11 класс</b>									
17	Нарезка овощная "Ассорти"*	60	5,42	0,4	0	1,1			
54-6г	Рис отварной	150	11,48	3,6	4,8	36,4			
392,32	Суп "Легкий"	200	15,8	18	18,7	30,9			
234-У	Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом	90	85,37	15,3	10,9	23,7			
343-У	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	6,09	0,5	0,1	12,8			
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	70	4,22	3,3	0,6	19,8			
<b>Итого за Обед (полноценный рацион питания)</b>			<i>68,38</i>	41,1	35,1	124,7			
<b>Подлник</b>									
401-У	Оладьи "Домашние" с маслом сливочным	150		10,1	15,3	50,3			
Пром.	Раженка 2.5%	150		4,4	3,8	6,3			
<b>Итого за Подлник</b>				14,5	19,1	56,6			

Ст. повар

*Wely*

Пилимарова В.В.

Мед.сестра

*Фурсова*

Н.В. Журкина