

«Согласовано»

Директор СОШ _____

Подпись _____



сб 2

Меню на « 20 » 03 2025г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	260	12,17	6,71	44,88	286,70	181
Бутерброд с сыром	40	4,9	11,55	17,10	193,00	3
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	376
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	37,80	338
Итого за завтрак	600	18,17	18,46	84,08	545,50	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Рассольник Ленинградский со сметаной	260	3,10	8,28	30,10	199,79	96
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Печень по-строгановски	100	10,13	11,23	3,90	163,42	255
Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,03	35,27	224,60	202
Салат из белокочанной капусты	100	1,54	0,11	10,91	48,12	45
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	349
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
Итого за обед	930	28,10	27,65	134,36	889,52	