

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева

Дата 10.09.2024

Школа МБОУ СОШ с.Зеркальное

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Зеркальное
 Л.Ю.Сергеева

День 10.09.2024

Ежедневное меню для учащихся 5ВЗ

Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Гор. блюдо	18	Каша пшённая молочная жидкая.	250	24,76	354,5	9,6	11,7	44,7
	Гор.напиток	41	Какао с молоком.	200	12,95	80,0	3,0	3,6	13,7
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
	Гор. блюдо	8	Суп картофельный с зелёным горошком консер.	250	37,32	121,0	2,9	6,5	18,3
		27	Макаронные изделия отварные.	180	11,61	202,14	6,62	5,42	31,73
		36	Птица отварная.	100	25,84	182,69	7,47	8,3	14,57
	Гор.напиток	42	Фруктовый (персиков.)	200	21,68	117,08	0,9	0	17,3
	Хлеб	69	Хлеб пшеничный.	30	2,50	66,0	2,28	0,63	12,78
		88(1)	Мандарины	100	28,00	35,0	0,8	0,2	7,5
	ИТОГО				167,16	1224,41	35,85	36,98	173,36