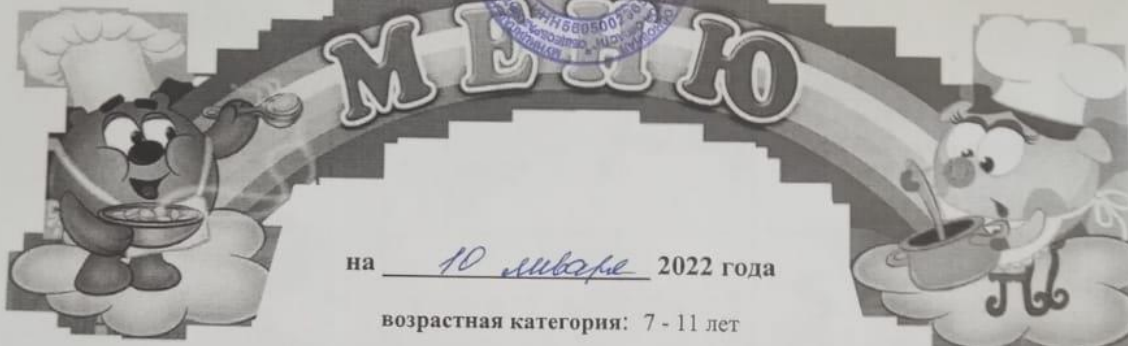


Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.

ГБОУ Школа № 1456



на 10 января 2022 года

возрастная категория: 7 - 11 лет

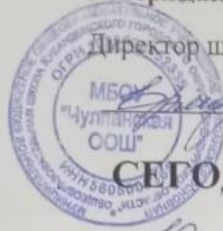
прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептур
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Каша молочная	200	8,3	11,7	37,5	288	54-13к-100
	Вареное пшено						
	Соль тв. сорт	15	3,5	4,4	0	53,7	54-11-1000
	Масло слив. перущий	5	0	4,1	0	37,4	54-19з-1000
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-3м-1000
	Мед	30	2	0,4	11,9	58,7	пром.
	Добло	100	0,4	4,4	9,8	44,4	пром.
<b>Итого за завтрак</b>							



Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.



## СЕГОДНЯ В МЕНЮ

на 10 января 2022 года

возрастная категория: 11 лет и старше



прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД	Винегрет в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	54-23-2010
	Рисовый суп						
	«Ленинградский»	250	5,9	7,8	17	161,7	54-30-2010
	Салат фруктовый	200	11	9,3	47,9	318,5	54-41-2010
	Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3	54-251-2010
	Хлеб	60	4	0,7	23,8	117,4	н/о
	Компот из сахара	200	1	0,1	15,6	66,9	54-24-2010
Итого за обед							
среднее значение за день							

