

Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.

СЕГОДНЯ В МЕНЮ

на 18.01 2022 года

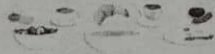
СЗ-класс
возрастная категория: 11 лет и старше



прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД	Томатный суп с овощами	80	0,9	0,2	3	17,1	54-23-1000
	Жареное куриное филе	200	20,1	19,9	17,2	322,9	54-9-1000
	Компот из фруктов	200	1	0,1	15,6	66,9	54-2-1000
	Хлеб	30	2	0,4	11,9	58,7	1-8-18
	Бананы	100	1,5	0	22,4	95,6	1-9-12
Итого за обед		610	25,5	20	40,1	561,2	
среднее значение за день							



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

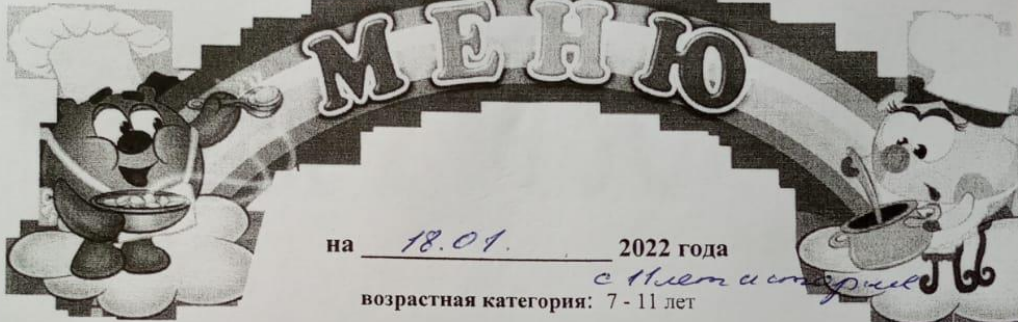


Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.

ШКОЛА № 1456



прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептур
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Салат из моркови	100	0,9	10,2	7,2	123,8	54-119-2020
Обед	с яблоками						
	Суп картофельный	250	8,3	5,7	20,3	166,4	54-86-2020
	с горошком						
	Риса тушеного	100	13,7	7,4	6,3	147,1	54-119-2020
	с овощами						
	Рис отварной	150	3,6	5,4	38,4	208,7	54-61-2020
	Кисель	200	0,1	0,1	14,8	60,2	54-214-2020
	хлеб	60	4	0,7	23,8	117,4	1-828
Итого за завтрак		860	30,6	29,5	108,8	824,1	
	<i>обед</i>						



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

