

Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.



ГБОУ школа № 1458



МЕНЮ



на 03 03 2022 года

возрастная категория: 7 - 11 лет

прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Курица тушеная с морковью.	90	12,6	5,6	3,9	118,17	
	Макаронная смесь	150	5,3	5,5	32,8	202	
	Тай с лимонной и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	
	Долль в шоколадной глазури	30	2	0,4	11,9	58,7	
Итого за завтрак		470	20,1	11,6	55,2	406,77	



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Утверждаю:

Директор школы _____

Ермолаева Е.Б.



СЕГОДНЯ В МЕНЮ

на 3 03 2022 года

возрастная категория: 11 лет и старше



прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД	Салат из помидор и огурцов	100	1,3	4,5	7,6	76,1	
	Рассольник						
	Печеный картофель	250	5,9	7,8	17	161,4	
	Льновое масло	250	19,1	19,3	18,2	443	
	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	
	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	
	Итого за обед	860	30,9	32,3	129,6	932,6	
	среднее значение за день						

