

Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.

ГБОУ Школа № 1455



МЕНЮ



на 04.03 2022 года

возрастная категория: 7 - 11 лет

прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Омлет в жаренке	80	0,6	0,1	2	11,3	
	Творог по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9	
	Хлеб пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,9	
	Сок	200	1	0,2	20,2	86,6	
	Макаронные	100	0,7	0,1	7,8	35	
Итого за завтрак		610	24,4	20,1	59,1	514,7	



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



05.03

7-11 лет

№

Утверждаю:

Директор школы



Ермолаева Е.Б.

СЕГОДНЯ В МЕНЮ

на 04.03 2022 года

возрастная категория: 11 лет и старше



прием еды	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецепт уры
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД	Кисель	100	1,2	9	6,7	111,9	
	Омлет с рыбными консервами	250	9,8	5,12	15,5	147,45	
	Вареное перловое	200	5,9	7,9	40,6	257,2	
	Творог из заварки	120	20,4	20,4	4,7	283,6	
	Творог с сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	
	и сахаром						
	Клей в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	
Итого за обед		930	41,5	43,22	97,9	945,45	
среднее значение за день							

