

Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.

ГБОУ Школа № 7 456



# МЕНЮ



на 21 марта 2022 года

возрастная категория: 7-11 лет

прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Каша Дружба	200	5	6,9	23,9	178	
	Хлеб ассортишенте	30	2	0,4	11,9	58,7	
	масло	5	0	4,1	0	37,4	
	Какао с молоком	200	4,7	4,3	12,4	107,2	
Итого за завтрак		435	11,7	15,7	48,2	381,3	



Утверждено:

Директор школы

Ермолаева Е.В.



# СЕГОДНЯ В МЕНЮ

на 21 марта 2022 года

возрастная категория: 11 лет и старше



прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД	Суп овощной с картофельными	250	10,8	5,4	17,4	161,2	
	Пюре с говядиной	250	19,1	19,3	48,2	443,0	
	Хлеб вассерлианн	60	4	0,7	23,8	117,4	
	Компот из сухофруктов	200	1	0,1	15,6	66,9	
<b>Итого за обед</b>		<b>760</b>	<b>34,9</b>	<b>25,5</b>	<b>105</b>	<b>788,5</b>	
среднее значение за день							



ИЗВЕСТНОГО ДИЕТЕТИКА

