

Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.

СЕГОДНЯ В МЕНЮ

на 23 мая 2022 года

возрастная категория: 11 лет и старше



прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ОБЕД	Рапсовый салат - заправка	250	5,9	7,8	17	161,7	
	Каша пшеничная	200	4,8	6,8	19,4	158,3	
	Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3	
	Салат из отварной свеклы	100	1,3	4,5	7,6	76,1	
	Чай с молоком и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	21,9	
	Хлеб в аэирти-машине	60	4	0,7	23,8	117,4	
Итого за обед		910	30,3	26,2	78,8	672,7	
среднее значение за день							



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Утверждаю:

Директор школы

Ермолаева Е.Б.

ГБОУ Школа № 1466



МЕНЮ



на 23 мая 2022 года

возрастная категория: 7 - 11 лет

прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная рисовая	200	5,2	6,5	28,4	193,7	
	Масло сливочное	5	0	4,1	0	37,4	
	Сок фруктовый с мякотью	200	0,6	0	33	134,4	
	Хлеб вагорми-шени	30	2	0,4	11,9	58,7	
	Банан	100	1,5	0	22,4	95,6	
Итого за завтрак		535	9,3	11	95,7	519,8	



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

