

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 Рождественской СОШ
 Кириллова О.А.

Меню

14 сентября 2021 года

Завтрак							
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	11 и старше	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя: первая День: вторник							
	2	Бутерброды со сливочным маслом и повидлом	2/30 гр.	3,4	18,13	22,4	265,7
	686	Чай с лимоном	200 гр.	0,6	2,28	30,4	120
Итого за завтрак			260 гр.	4	20,41	52,8	385,7
Горячий завтрак							
	43	Салат из свежей капусты	100 гр.	2,6	5	3,1	69
	139	Суп гороховый	300 гр.	6,975	6,3	25,09	187,875
	439	Печень тушёная	150 гр.	10,12	6,9	6,45	192,2
	332	Макароны отварные	200 гр.	7	8,2	47	294
		Кисель	200 гр.	0	0	30,6	106
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
Итого за горячий завтрак			1010 гр.	30,775	27,18	139,36	969,675

Составил: Л.С.Ильина

Ильина

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 Рождественской СОШ
 Кириллова О.В.

Меню

14 сентября 2021 года

Завтрак							
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя: первая День: вторник							
	2	Бутерброды со сливочным маслом и повидлом	2/30 гр.	3,4	18,13	22,4	265,7
	686	Чай с лимоном	200 гр.	0,6	2,28	30,4	120
Итого за завтрак			260 гр.	4	20,41	52,8	385,7
Горячий завтрак							
	43	Салат из свежей капусты	100 гр.	2,6	5	3,1	69
	139	Суп гороховый	250 гр.	6,2	5,6	22,3	167
	439	Печень тушёная	100 гр.	9,8	12,35	6,88	188,3
	332	Макароны отварные	150 гр.	5,25	6,15	35,25	220,5
		Кисель	200 гр.	0	0	30,6	106
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
Итого за горячий завтрак			860 гр.	27,93	29,88	125,25	871,4

Составил: Л.С.Ильина *Л.С.Ильина*