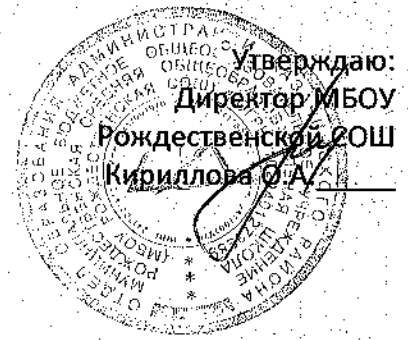


# Меню

11 февраля 2022 года

Завтрак							
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	7-11	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углево	
Неделя: вторая							
День: пятница							
		Печенье	20 гр.	1,5	1,96	14,88	98,3
	693	Какао	200 гр.	4,9	5	32,5	380
<b>Итого за завтрак</b>			220 гр.	6,4	6,96	47,38	478,3
Горячий завтрак							
	181	Суп рыбный	250 гр.	8,6	8,4	14,325	167,5
		Котлета мясная	100 гр.	14,2	11,4	13	213
	214	Капуста тушеная	150 гр.	3	5,95	13,8	112,5
		Кисель	200 гр.	0	0	30,6	106
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
<b>Итого за горячий завтрак</b>			760 гр.	29,88	26,53	98,845	719,6
		Печенье	20 гр.	1,5	1,96	14,88	98,3
		Какао	200 гр.	4,9	5	32,5	380
<b>Итого за завтрак</b>			220 гр.	6,4	6,96	47,38	478,3
Горячий завтрак							
	181	Суп рыбный	250 гр.	8,6	8,4	14,325	167,5
		Котлета мясная	100 гр.	14,2	11,4	13	213
	214	Капуста тушеная	150 гр.	3	5,95	13,8	112,5
		Кисель	200 гр.	0	0	30,6	106
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
<b>Итого за горячий завтрак</b>			760 гр.	29,88	26,53	98,845	719,6

Составил: Л.С.Ильина



# Меню

11 февраля 2022 года

Завтрак							
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	11 и старше	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя: вторая День: пятница							Утверждаю: Директор МБОУ Рождественской СОШ Кириллова О.А.
		Печенье	20 гр.	1,5	1,96	14,88	98,3
	693	Какао	200 гр.	4,9	5	32,5	380
<b>Итого за завтрак</b>			220 гр.	6,4	6,96	47,38	478,3
Горячий завтрак							
	181	Суп рыбный	300 гр.	10,32	10,08	17,19	201
		Котлета мясная	100 гр.	14,2	11,4	13	213
	214	Капуста тушеная	200 гр.	4	6,6	18,4	150
		Кисель	200 гр.	0	0	30,6	106
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
<b>Итого за горячий завтрак</b>			860 гр.	32,6	28,86	106,31	790,6
		Печенье	20 гр.	1,5	1,96	14,88	98,3
	693	Какао	200 гр.	4,9	5	32,5	380
<b>Итого за завтрак</b>			220 гр.	6,4	6,96	47,38	478,3
Составил: Л.С.Ильина							
Горячий завтрак							
	181	Суп рыбный	300 гр.	10,32	10,08	17,19	201
		Котлета мясная	100 гр.	14,2	11,4	13	213
	214	Капуста тушеная	200 гр.	4	6,6	18,4	150
		Кисель	200 гр.	0	0	30,6	106
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
<b>Итого за горячий завтрак</b>			860 гр.	32,6	28,86	106,31	790,6