

Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 Рождественской СОШ  
 Кириллова О.А. \_\_\_\_\_

# Меню

02 марта 2022 года

Завтрак							
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	11 и старше	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя: первая День: среда							
	302	Каша молочная со сливочным маслом	300 гр.	4,5	12,3	67,5	306
	693	Какао	200 гр.	4,9	5	32,5	380
		Хлеб	30 гр.	2,04	0,39	13,56	60,3
<b>Итого за завтрак</b>			530 гр.	11,44	17,69	113,56	746,3
Горячий завтрак							
		Салат из свёклы	100 гр.	2,3	6,8	5,8	138
	155	Суп с клёцками	300 гр.	3,72	7,92	39,84	153,6
	374	Рыба тушёная	150 гр.	15,9	16,2	8,4	192
	520	Картофельное пюре	200 гр.	4,2	9	29,2	218
	685	Чай	200 гр.	0	0	19	56
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
<b>Итого за горячий завтрак</b>			1010 гр.	30,2	40,7	129,36	878,2

Составил: Л.С.Ильина 

Директор МБОУ

100 гр. 2,3 6,8 5,8

300 гр. 3,72 7,92 39,84

150 гр. 15,9 16,2 8,4

200 гр. 4,2 9 29,2

200 гр. 0 0 19

60 гр. 4,08 0,78 27,12

1010 гр. 30,2 40,7 129,36

Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 Рождественской СОШ  
 Кириллова О.А. \_\_\_\_\_

# Меню

02 марта 2022 года

Завтрак							
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	7 -11	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя: первая День: среда							
	302	Каша молочная со сливочным маслом	200 гр.	3	8,2	45	204
	693	Какао	200 гр.	4,9	5	32,5	380
		Хлеб	30 гр.	2,04	0,39	13,56	60,3
<b>Итого за завтрак</b>			430 гр.	9,94	13,59	91,06	644,3
Горячий завтрак							
		Салат из свёклы	100 гр.	2,3	6,8	5,8	138
	155	Суп с клецками	250 гр.	3,1	6,6	33,2	128
	374	Рыба тушёная	100 гр.	10,6	5,4	5,6	128
	520	Картофельное пюре	150 гр.	3,15	6,75	21,9	163,5
	685	Чай	200 гр.	0	0	19	56
		Хлеб	60 гр.	4,08	0,78	27,12	120,6
<b>Итого за горячий завтрак</b>			860 гр.	23,23	26,33	112,62	624

Составил: Л.С.Ильина

*Ильина*