

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 Рождественской СОШ
 Кириллова О.А. _____

Меню

21 марта 2022 года

| Завтрак | | | | | | | |
|-------------------------------------|-------------|---|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | 11 и старше | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя: вторая День: понедельник | | | | | | | |
| | 516 | Макароны отварные со сливочным маслом и сахаром | 150гр. | 5,25 | 6,15 | 35,25 | 220,5 |
| | 692 | Кофейный напиток | 200 гр. | 5,58 | 6,38 | 39,42 | 237,38 |
| | | Хлеб | 30 гр. | 2,04 | 0,39 | 13,56 | 60,3 |
| Итого за завтрак | | | 380 гр. | 12,87 | 12,92 | 88,23 | 518,18 |
| Горячий завтрак | | | | | | | |
| | 110 | Борщ со сметаной | 300 гр | 3 | 7,95 | 19,65 | 159 |
| | 374 | Рыба тушеная | 150 гр. | 15,9 | 16,2 | 8,4 | 192 |
| | 508 | Гречка отварная | 150 гр. | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279 |
| | | Ряженка 25% | 200 гр. | 5,8 | 8,4 | 25 | 108 |
| | | Хлеб | 60 гр. | 4,08 | 0,78 | 27,12 | 120,6 |
| Итого за горячий завтрак | | | 860 гр. | 41,56 | 41,13 | 122,77 | 858,6 |

Составил: Л.С.Ильина

Ильина

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 Рождественской СОШ
 Кириллова О.А. _____

Меню

21 марта 2022 года

| Завтрак | | | | | | | |
|---|-------------|---|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | 7 -11 | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя: вторая День: понедельник | | | | | | | |
| | 516 | Макароны отварные со сливочным маслом и сахаром | 150гр. | 5,25 | 6,15 | 35,25 | 220,5 |
| | 692 | Кофейный напиток | 200 гр. | 5,58 | 6,38 | 39,42 | 237,38 |
| | | Хлеб | 30 гр. | 2,04 | 0,39 | 13,56 | 60,3 |
| Итого за завтрак | | | 380 гр. | 12,87 | 12,92 | 88,23 | 518,18 |
| Горячий завтрак | | | | | | | |
| | 110 | Борщ со сметаной | 250 гр | 2 | 5,3 | 13,1 | 106 |
| | 374 | Рыба тушеная | 100 гр. | 10,6 | 5,4 | 5,6 | 128 |
| | 508 | Гречка отварная | 150 гр. | 8,7 | 7,8 | 42,6 | 279 |
| | | «Снежинка» | 200 гр. | 5,8 | 8,4 | 25 | 108 |
| | | Хлеб | 60 гр. | 4,08 | 0,78 | 27,12 | 120,6 |
| Итого за горячий завтрак | | | 760 гр. | 31,18 | 27,68 | 113,42 | 741,6 |

Составил: Л.С.Ильина Ильина