

МЕНЮ на 15 января 2025 г

(неделя 1, день 3)



УТВЕРЖДАЮ

А.Е.Поткина

Директор МОУ Буреполомская СОШ

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК 7-11 лет						
410	Фрикадельки из кур	90	12,84	11,16	6,84	16,8
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
65	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,86	6,84	5,88	92,4
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	540	26,59	26,25	93,32	554,05

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК 12 лет и старше						
410	Фрикадельки из кур	90	12,84	11,16	6,84	16,8
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,41	44,50	303,66
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110
109	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
65	Салат картофельный с зеленым горошком	90	2,79	10,26	8,82	138,6
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	580	27,71	31,07	93,84	603,86