

День 4

Утверждаю

Директор школы



Меню на 04.06 2026

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	7-10 лет	11-18 лет		г.	г.	г.	ккал		
Каша молочная пшеничная	250	300	33,20	6,42	4,90	33,97	205,60	Сборник рецептов 2011	448
Кондитерское изделие (Печенье)	20	20	13,40	4,68	6,00	0,00	72,73	НИИ гигиены 2020	54-1з-2020
Батон нарезной	60	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептов 2012	125
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	200	10,00	0,30	0,00	6,70	27,60	НИИ гигиены 2020	54-3гн-2020
Итого за Завтрак	530,00	580,00	63,24	14,20	11,70	60,67	411,53		
ОБЕД									
Овощи по сезону (огурец соленый)	60	100	6,00	0,66	0,12	2,28	13,20	Сборник рецептов 2015	70
Суп картофельный с горохом	250	300	15,00	8,87	5,40	23,07	176,37	НИИ гигиены 2020	54-8с-2020
Жаркое по-домашнему	200	250	81,43	20,40	15,80	20,60	306,30	НИИ гигиены 2020	54-9м-2020
Компот из смеси сухофруктов	200	200	7,00	0,60	0,00	22,70	93,20	Сборник рецептов 2011	54-1хн-2020
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	2,00	6,50	0,80	33,80	177,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Итого за Обед	770	910	113,43	39,43	22,42	117,05	839,27		
Итого за день	1300,00	1490,00	176,67	53,63	34,12	177,72	1250,80		