

Сотласовано
Директор школы Сошн
2. Суровикова

Серебрякова Е.А

Утверждаю
Директор:



Ежедневное меню на 31.01.2025г.

5 день

7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90/30	11,30	10,60	14,10	190,20
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	150	4,50	4,57	20,50	145,80
71	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,02	15,20	62,00
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,34	0,30	14,46	70,08
	Итого за весь прием пищи:	560	18,87	15,59	66,01	481,28
	ОВЗ					
12	СЛОЙКА С КАРТОФЕЛЕМ	90	5,30	15,50	38,10	313,00
692	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	220	2,53	1,43	28,49	135,80
	Итого за весь прием пищи:	310	7,83	16,93	66,59	448,80

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100/30	12,50	11,77	15,60	211,30
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	180	5,50	5,49	24,60	175,00
71	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,02	15,20	62,00
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80
	Итого за весь прием пищи:	660	23,03	17,94	82,40	587,10
	ОВЗ					
12	СЛОЙКА С КАРТОФЕЛЕМ	100	5,90	17,20	42,30	371,70
692	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	250	2,87	1,60	32,30	154,40
	Итого за весь прием пищи:	350	8,77	18,80	74,60	526,10