

Филиал МБОУ "Верх-Иньвенская СОШ" "Разинская НОШ"

Утверждаю:
Зав. филиалом  /Симанов А.А./

Ежедневное меню на 02.05.2024

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша "Дружба"	205	6,55	8,33	35,09	241,11
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
бутерброды с маслом	40	1,7	15,1	10,26	183,6
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,09	6,33	10,64	107,83
Котлеты, биточки, шницели из говядины	100	10,68	11,72	5,74	176,75
Макаронные изделия отварные	100	3,68	3,53	23,55	140,73
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Сок фруктовый	200	2	0,2	5,8	36
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7

Ежедневное меню на 03.05.2024

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевые вещества (гр)			Эн.ценно сть (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша пшенная	205	6,04	7,27	34,29	227,16
какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Обед					
Рассольник домашний	250	5,03	11,3	32,38	149,6
Курица тушеная в томатном соусе	120	34,5	41,62	5,44	534,29
Рис отварной	100	2,59	3,39	26,85	150,12
соус томатный	100	0,54	3,67	5,24	56,15
Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	64,7
Фрукты свежие					