

МЕНЮ на 18.03.2025г.

Сезон: весенне-летний, неделя: первая, день 2 примерного меню

1-4 класс

				№ рец.	Наименование блюда	Вес порции
Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)			
8,32	10,12	37,64	274,9	54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	200
2,48	7,49	34,39	214,9	10	Бутерброды с маслом и повидлом	60
0,19	0,04	6,42	26,8	54-2г	Чай с лимоном и сахаром	200
2,94	0,36	18,1	87,4	Пром	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	40
0,9	0,2	8,1	37,8	Пром.	АПЕЛЬСИН свежий	100

5-11 класс

				№ рец.	Наименование блюда	Вес порции
Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)			
8.35	10,27	42.85	204,6	45	Каша вязкая молочная пшеничная	200
4,2	8,8	37,5	226,3	10	Бутерброды с маслом и повидлом	95
0.53		9.87	41.6	302	Чай с лимоном и сахаром	200
2,94	0,36	18,1	87,4	Пром	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	40
0,9	0,2	8,1	37,8	Пром.	АПЕЛЬСИН свежий	100

ОВЗ

				№ рец.	Наименование блюда	Вес порции
Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)			
7.59	9.34	38.95	186	173	Каша вязкая молочная пшеничная	200
4,2	6,8	23,94	169	10	Бутерброды с маслом и повидлом	95
0.53		9.87	41.6	377	Чай с лимоном и сахаром	200
3.16	0.8	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	40
0,9	0,2	8,1	37,8	Пром.	АПЕЛЬСИН свежий	100
Второй завтрак						
1	0	20	84,8	389	Сок фруктовый	200

Повар:

Минеева Е.Г.