

МЕНЮ на 21.03.2025 г.

Сезон: весенне-летний, неделя: первая

день 5 примерного меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Вес порции
13,84	4,98	10,09	140,6			
4,41	4,73	20,87	143,7	54-27к	Каша жидкая молочная из манной крупы	165
4,68	3,52	12,5	100,4	54-21гн	Какао с молоком	200
0,4	0,4	9,8	44,4	Пром	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100
2,18	0,28	13,18	64.	Пром	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30

5-11 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Вес порции
19,77	7,12	14,42	200,8			
5,61	6,03	26,55	183	54-27к	Каша жидкая молочная из манной крупы	210
4,68	3,52	12,5	100,4	54-21гн	Какао с молоком	200
0,4	0,4	9,8	44,4	Пром	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100
2,94	0,36	18,1	87,4	Пром	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Вес порции
19,77	7,12	14,42	200,8			
5,61	6,03	26,55	183	54-27к	Каша жидкая молочная из манной крупы	210
4,68	3,52	12,5	100,4	54-21гн	Какао с молоком	200
0,4	0,4	9,8	44,4	Пром	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100
2,94	0,36	18,1	87,4	Пром	Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	40
Второй завтрак						
1	0	20	84,8	14	Сок фруктовый	200

Повар:

Минеева Е.Г.