

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старомаклаушинская СШ»
 А.Б. Зимин



МЕНЮ

на 09 июня 2023г.

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
3.01	Гастрономия /сыр порционно	10	2.32	2.95	0.00	36.40
340.19	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	11.38	8.30	2.89	140.3
303.16	Кофейный напиток с молоком	200	5.0	3.2	24.66	141.28
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2
28.01	Фрукт порционно/ яблоко	100 - 120	0.40	0.4	10.0	42.7
<i>Итого за завтрак</i>			17.0	9.03	55.52	371.03
Обед						
72.22	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	60	0.95	3.1	5.17	52.68
140.1	Суп картофельный с клецками на бульоне	200	5.1	4.16	19.1	156.3
267.89	Котлета куриная запечённая с овощами	90	16.55	16.03	40.92	341.39
1.39	Капуста тушеная белокочанная	150	4.14	6.22	12.10	100.9
407	Сок фруктовый	200	0	0.3	22.2	86.4
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7
<i>Итого за обед</i>			28.79	30.13	123.43	864.36
<i>Итого за два приёма пищи</i>			45.8	39.2	179.0	1235.4