

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

МЕНЮ

на 13 июня 2023г.



№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
3.03	Гастрономия /сыр порционно	15	2.32	2.95	0.00	36.40
71.14	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	200	9.64	13.08	38.40	380.26
303.16	Кофейный напиток с молоком	200	5.00	3.20	24.66	141.28
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2
28.01	Яблоко	100 - 120	0.40	0.4	10.0	42.7
<i>Итого за завтрак</i>			21.52	19.71	92.58	691.14
Обед						
10.11	Салат из капусты белокочанной с огурцом «Зайчик» заправленный растительным маслом	60	0.77	3.04	2.26	30.97
124.26	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200 /10	1.4	3.96	16.3	171.80
520.08	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3.25	9.25	22.02	138.76
349.10	Компот из смеси сухофруктов С - витаминизированный	200	0.22	0	19.44	76.75
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7
<i>Итого за обед</i>			28.61	43.72	119.20	874.28
<i>Итого за два приёма пищи</i>			50.13	63.43	211.78	1565.42