

Директор МБОУ "Восточная СОШ"

И.С.Тулешова

Ежедневное меню на: 20.05.2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54,6к	Каша вязкая молочная пшенная	150	19.32	206	6	8	28
	гор.напиток	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	3.33	28	0	0	7
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	4.67	78	3	1	16
		Пром	Повидло яблочное	20	4.60	52	0	0	13
			Итого	410	32	365	9	8	64
Завтрак 2		Пром	Сок	200	15.00	113	1	0	26
			Итого	200	15	113	1	0	26
	1 блюдо	№ 2.17 Номер рец:86	Суп-лапша домашняя	200	12.50	115	7	5	10
	2 блюдо	54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	78.03	226	25	6	18
	сладкое	Пром	Сок	200	15.00	136	1	0	33
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	45	3.38	106	3	0	22
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано-пшеничный	15	1.75	29	1	0	6
			Итого	660	111	611	37	12	89
Полдник		54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	14.21	86	4	3	11
		Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	60	15.60	210	2	2	46
			Итого	260	30	296	6	5	58