

Директор МБОУ "Восточная СОШ"

И.С.Тулешова

Ежедневное меню на: 01.04.2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	150	20.32	197	6	8	24
	гор.напиток	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	6.93	51	2	1	9
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	4.67	78	3	1	16
		54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	15.75	54	4	4	0
			Итого	405	48	380	14	14	49
Завтрак 2	фрукты	Пром	Яблоко	200	30.00	89	1	1	20
			Итого	200	30	89	1	1	20
	1 блюдо	54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	27.98	145	9	6	14
	2 блюдо	54-25м	Курица тушеная с морковью	80	33.60	101	11	5	4
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	150	19.29	139	3	5	20
	сладкое	27.01.2024.4	Напиток витаминизированный "Витошка" Какао с молоком	200	480.00	148	6	8	13
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	40	3.00	94	3	0	20
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано-пшеничный	20	2.33	39	1	0	8
			Итого	690	566	666	33	25	78
Полдник		255	255 Молоко кипяченое	200	21.60	124	6	7	10
		Пром	Пряник	50	8.50	183	3	2	38
			Итого	250	30	307	9	9	47