

МОУ Семибратовская СОШ бюджет

Утверждаю

Директор

МОУ Семибратовская СОШ бюджет
/Лысюк С.Д./



МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 19 мая 2021 г.

7-10 лет зав

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак														
*МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7,3	6,2	46,6	271,6	0,1	0	0	0	1,5	28,0	11,1	57,0	1,4
*КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	19,1	26,8	18,7	391,8	0,1	1,1	0,1	3,7	32,3	32,7	180,2	2,6	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,8	134	0,04	1	0,01	0	14	121	90	1	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,4	5,4	15,1	135,2	0	0	0,1	0,7	15,0	142,9	97,9	0,8	
КОНФЕТА	26	0,7	0	21,4	88,4	0	0	0	0,1	2,9	19	15,1	0	
Итого за прием пищи:		36,4	40,9	126,6	1021,0	0,24	2,1	0,21	6,0	75,3	343,6	440,2	5,8	
Всего за день:		36,4	40,9	126,6	1021,0	0,24	2,1	0,21	6,0	75,3	343,6	440,2	5,8	

МОУ Семибратовская СОШ бюджет

Утверждаю

Директор
МОУ Семибратовская СОШ бюджет
/Лысюк С.Д./



МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 19 мая 2021 г.

Обеды

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг
*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	250/15	8,7	9,4	18,7	194,2	0,1	9,6	0,2	1,4	37,4	34,6	115,5	1,7
*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,3	8,0	38,1	258,3	0,2	0	0,1	4,8	25,6	125,0	186,9	4,4
ГУЛЯШ из говядины	50/50	14,2	15,5	3,4	210,5	0	1,0	0	2,1	11,2	16,5	123,0	1,8
БАТОН	28	2	0,2	13,7	64,3	0	0	0	0,5	5,8	8,3	21,2	0,5
*ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	0	16,1	65,2	0	0	0	0	16,6	6,8	8,2	0,8
Итого за прием пищи:		33,4	33,1	90,0	792,5	0,3	10,6	0,3	8,8	96,6	191,2	454,8	9,2
Всего за день:		33,4	33,1	90,0	792,5	0,3	10,6	0,3	8,8	96,6	191,2	454,8	9,2

Обед

Утверждаю



Директор
МОУ Семибратовская СОШ плат
/Лысюк С.Д./

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 19 мая 2021 г.

11-17 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак и обед													
*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком	85	16,4	10,6	27,4	273,2	0	0,2	0,1	0,5	142,1	22,0	179,7	0,6
**КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	50	7,0	8,9	5,5	130,5	0	0	0	2,0	19,6	12,8	72,0	1,3
*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	16,2	65,4	0	0	0	0	16,6	6,8	8,2	0,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0	0	0	0,4	3,6	3,8	17,4	0,8
Итого за прием пищи:		24,9	19,7	57,6	509,9	0	0,2	0,1	2,9	181,9	45,4	277,3	3,5
Всего за день:		24,9	19,7	57,6	509,9	0	0,2	0,1	2,9	181,9	45,4	277,3	3,5