

Утверждаю

Директор

МОУ Семibrатовская СОШ бюджет
/Лысюк С.Д./



МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

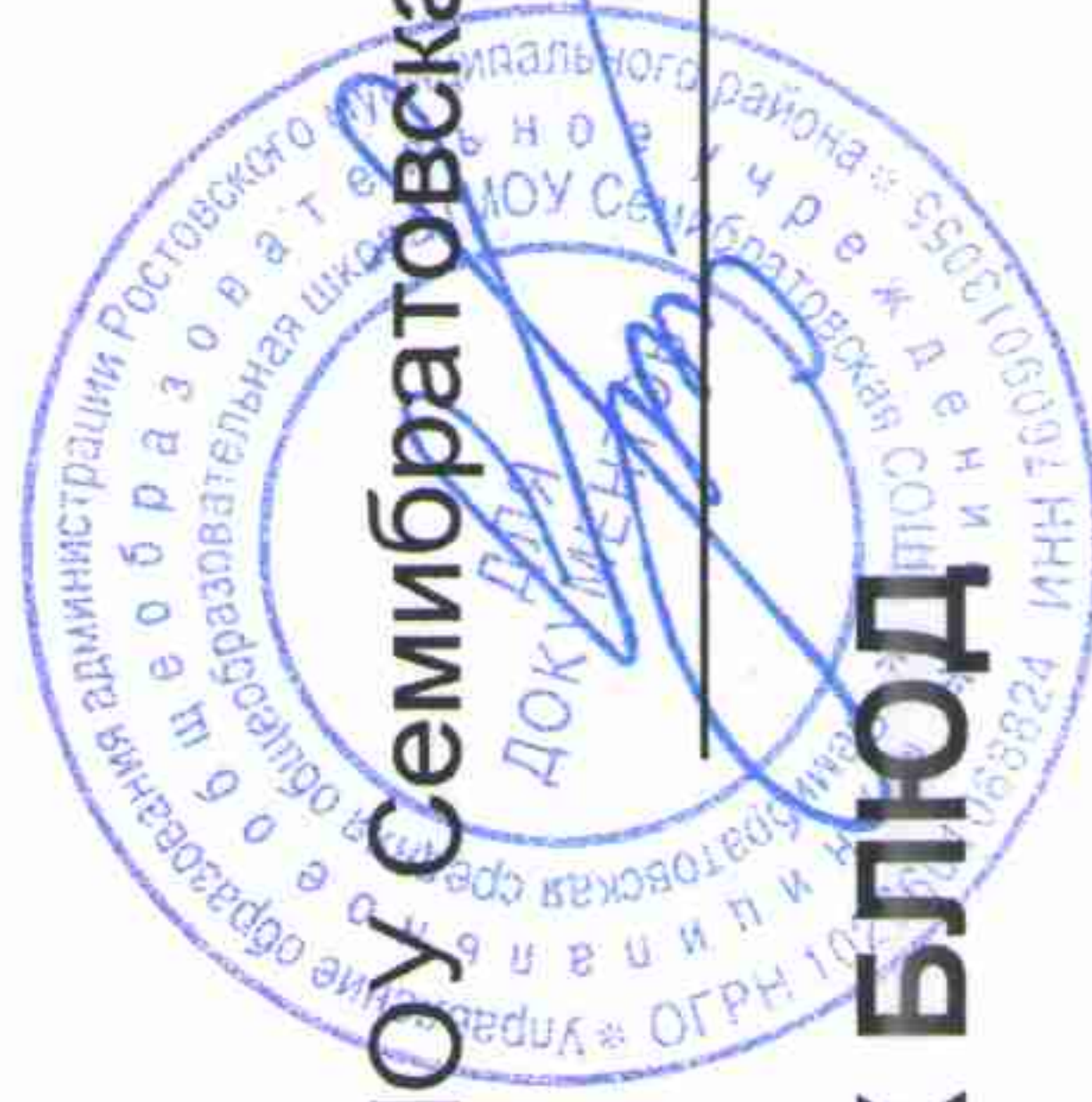
на 26 мая 2021 г.

7-10 лет зав

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества					
		Белки, г	Жиры, г		Углевод ы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
*КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	120	15,7	9,9	18,8	226,5	0,1	0,7	0	5,1	38,9	38,8	195,5	1,8
*РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,8	45,2	250,2	0,1	0	0	0,4	32,4	32,4	88,3	0,6
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,6	2,4	3,9	39,3	0	1,0	0,1	1,1	7,2	4,8	7,9	0,1
*БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ	70	7,9	14,4	20,5	242,7	0,1	0	0	0,8	9,4	13,5	34,3	0,8
БАТОН	40	3	0,2	19,5	91,9	0,1	0	0	0,8	8,3	11,9	30,2	0,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	16	23	0,7
Итого за прием пищи:		32,1	32,8	139,6	981,6	0,42	1,7	0,11	8,7	117,2	117,4	379,2	4,7
Всего за день:		32,1	32,8	139,6	981,6	0,42	1,7	0,11	8,7	117,2	117,4	379,2	4,7

Завтрак

Утверждаю



Директор

МОУ Семибратовская СОШ бюджет

/Лысюк С.Д./

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

на 26 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
Обед													
*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200/15	5,2	5,6	15,6	133,8	0,1	7,9	0,2	1,0	28,9	26,8	81,7	1,3
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100/100	26,5	16,9	6,6	316,1	0,3	21,0	9,1	7,0	27,0	27,7	378,9	8,6
*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	1,6	3,0	13,6	89,1	0,1	6,9	0	0,2	15,4	18,4	46,9	0,9
*ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	0	16,2	65,5	0	0	0	0	16,6	6,8	8,2	0,8
БАТОН	20	1,5	0,1	9,7	46	0	0	0	0,4	4,1	5,9	15,1	0,4
Итого за прием пищи:		35,0	25,6	61,7	650,5	0,5	35,8	9,3	8,6	92,0	85,6	530,8	12,0
Всего за день:		35,0	25,6	61,7	650,5	0,5	35,8	9,3	8,6	92,0	85,6	530,8	12,0



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

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
на 26 мая 2021 г.
11-17 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая 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													
*КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	120	15,7	9,7	19,3	227,7	0,1	0,8	0	5,1	35,9	39,5	198,4	1,7
*РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	45,2	249,0	0,1	0	0	0,4	22,5	31,8	86,4	0,5
СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,5	2,4	3,9	39,0	0	1,0	0,1	1,1	7,1	4,7	7,9	0,1
*ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2	0	16,2	65,5	0	0	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8
*БАТОН	23	1,7	0,1	11,3	53	0	0	0	0,5	4,8	6,8	17,5	0,5
Итого за прием пищи:		22,4	17,8	95,9	634,2	0,2	1,8	0,1	7,1	83,7	89,0	318,4	3,6
Всего за день:		22,4	17,8	95,9	634,2	0,2	1,8	0,1	7,1	83,7	89,0	318,4	3,6