

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБДУ

«Михайловская средняя школа»

А.С. Абдувәлиев

2021 г.

Меню приготавливаемых блюд

«15» февраля 2021 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-6 лет / 7-11 лет / 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту рп	
				Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя Завтрак	Овоши по рецепту		60	0,5	0,1	1,5	84	87	
	Сырники с сахаром		90	9,1	11,0	11,2	184,8	288	
	Каша овсяная		130	4,6	4,9	29,3	144,2	309,1	
	Каша гр. пшеница		200	9,1	9,1	19,5	88,6	350	
	Каша пшеничная		30	2,3	0,2	1,1	27,0		
	Каша рисовая		30	1,2	0,3	1,8	69,6		
	Сладкое		100	0,4	0,4	9,8	48,2		
	Итого за завтрак		870	23,3	29,8	80,5	611,1		
	обед	Бульон		60	0,9	0,1	4,4	26,0	87
		Мл		200	1,4	4,0	7,2	44,3	88
Мясо отварное			150	3,8	5,3	38,9	218,0	304	
Борщ с капустой			90	1,0	16,2	1,1	26,4	268	
Картофель отварной			200	0,8	0,3	22,8	132,5	388	
Каша рисовая			30	1,2	19,3	1,8	69,6		
Итого за обед			30	2,3	0,2	1,1	27,0		
			870	24,0	28,2	97,2	448,1		

Медсестра

А.В. Синагурова