

УТВЕРЖАЮ

Директор МБОУ

«Минский восток (средняя школа)»

А.А. Сидоров

30.12.2022 г.



Меню приготавливаемых блюд

«10» декабря 2022 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 ры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	квас	квас	210	5,9	9,9	42,2	88,8	104
	овсян. каша	овсян. каша	15	3,5	4,4	8,0	54,6	15
	бутерброд с сыром	бутерброд с сыром	40	2,4	8,5	15,2	138,1	1
	какао с сахаром	какао с сахаром	200	3,8	3,0	24,5	141,1	302
	сладкий напиток	сладкий напиток	30	2,3	8,2	15,1	57,0	
	сладкое		100	8,4	8,4	9,8	48,0	338
Итого за завтрак			595	18,3	25,4	106,8	332,5	
обед	квас	квас	60	1,1	8,0	44,8	95,5	
	суп с мясом	суп с мясом	200	2,3	8,2	16,2	54,1	103
	картофельное пюре	картофельное пюре	50	9,2	28,3	18,6	182,2	284
	рис отварной	рис отварной	130	3,8	5,3	38,9	218,0	304
	сок	сок	200	1,0	8,2	28,2	92,0	303
	рис отварной	рис отварной	30	1,3	8,3	14,8	69,6	
Итого за обед			500	21,3	62,2	151,1	810,0	
Итого за день			1095	39,6	87,6	257,9	1142,5	

Медсестра

А.А. Сидорова Н.В.