

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Михайловская средняя школа»

А.С. Абдувезиев

«20» августа 2022 г.

СРЕДНЯЯ ШКОЛА



Меню приготавливаемых блюд

«20» августа 2022 г.

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

Прием пищи Неделя День	Наименование	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту ры		
				Белки	Жиры	Углеводы				
завтрак		овощи на сковороде	80	0,5	0,1	1,5	84	21		
		выпечка с вареньем	90	9,1	10,5	10,8	187,6	268		
		квашенная капуста	150	4,6	4,9	20,3	144,9	303,1		
		чай с сахаром	200	0,1	0,0	8,0	28,3	37,8		
		кисель из фруктов	30	2,3	0,2	1,1	15,1	41,0		
		кисель из фруктов	30	1,5	0,3	1,1	14,8	39,6		
Итого за завтрак			360	18,3	16,0	69,5	407,6			
обед		салат из овощей с маслом	80	0,5	3,0	1,5	37,0	21		
		булгур	200	11,4	4,0	9,0	81,6	82		
		фруктовый салат с сахаром	90	8,1	2,6	7,3	144,9	240		
		фасоль тушеная	150	3,8	5,3	3,0	118,0	304		
		кашечка из овсяной муки	200	0,2	0,2	18,4	16,3	34,8		
		кисель из фруктов	30	1,5	0,3	1,1	14,8	39,6		
		кисель из фруктов	30	1,3	0,2	1,1	15,1	41,0		
		Итого за обед			860	17,0	15,6	705,9	639,4	

Медсестра

Dr. Stankova A.B.