

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Михайловская средняя школа»

А.С. Абдувәлиев

2022 г.



Меню приготавливаемых блюд

«д» февраля 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	овсянка на воде		60	0,5	0,1	1,5	84	41
	квашеная капуста		90	0,1	1,0	11,2	18,8	288
	каша овсяная		150	4,6	4,9	20,3	144,4	304,1
	шницель из свиных котлет		200	0,1	0,1	15,5	63,6	360
	яблоко		80	2,3	0,2	15,1	71,0	
	яблоко		30	1,8	0,3	11,8	29,6	
итого за завтрак	яблоко		100	0,9	0,4	9,8	42,0	358
	яблоко		60	2,3	20,8	8,5	61,1	
	шницель		60	0,9	6,1	4,4	26,0	68
	каша		200	1,4	4,0	4,2	97,5	28
	яблоко		150	3,8	5,3	38,9	211,0	304
	шницель		90	1,5	16,2	14,2	262,4	268
обед	шницель из свиных котлет		200	0,5	0,3	28,8	132,5	388
	каша овсяная		90	1,8	0,3	14,8	69,6	
	яблоко		30	2,3	0,2	15,1	41,0	
	яблоко		80	2,3	0,2	15,1	41,0	
	яблоко		30	2,3	0,2	15,1	41,0	
итого за обед			600	22,0	28,8	97,2	348,1	
итого за день								

Медсестра

С.С. Стамбул *С.С. Стамбул* *С.С. Стамбул*