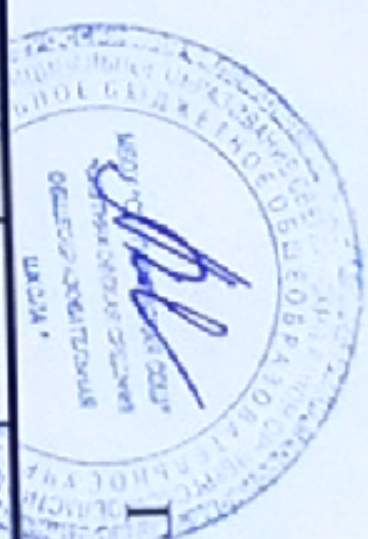


Директор МБОУ "Спутниковская СОШ"



Г.А. Хамзина

Ежедневное меню на: 21.05.2025

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	200	20,45	167	5	6	24
	гор.напиток	54-21гн	Какао с молоком	200	15,52	100	5	4	13
	хлеб	Пром	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	4,00	78	3	1	16
		53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	12,50	66	0	7	0
			Итого	450	52	412	12	17	53
Завтрак 2			Яблоко	200	30,00	89	1	1	20
	фрукты	Пром	Итого	200	30	89	1	1	20
				200	5,12	46	1	3	5
Обед	закуска	54-13з	Салат из свеклы отварной	60	14,13	126	5	6	14
	1 блюдо	54-3з	Рассольник Ленинградский	200	39,35	118	11	6	5
	2 блюдо	54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	11,57	197	5	5	33
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	6,52	81	1	0	20
	сладкое	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	3,00	94	3	0	20
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	40	2,00	39	1	0	8
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано-пшеничный	20	82	700	27	20	103
			Итого	750		51	0	0	12
		54-23хн	Кисель из смородины	200	12,52	256	4	3	53
		Пром.	Пираник	70	11,90	307	4	3	65
Полдник									
			Итого	270	24				