

Директор МБОУ "Спутниковская СОШ"

Ежедневное меню на: 05.06.2025

И.А. Хамзина

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-10	Омлет натуральный	200	61,42	301	17	11	4
	гор.напиток	54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	3,81	32	0,0	0	8
		54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	15	15,75	54	4	4	0
	хлеб	Пром	хлеб пшеничный йодированный	60	4,50	141	5	1	30
		Пром	хлеб ржано- пшеничный	50		98	3	1	20
			Итого	525	85,48	625	29	30	61
Обед	1 блюдо	54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	35,97	181	11	8	17
	2 блюдо	54-12м	Плов с курицей	200	56,94	315	27	8	33
	сладкое	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	6,15	81	1	0	20
	закуска	95	Салат из отварной моркови и яблок	60	8,68	55	1	4	5
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	60	4,50	141	5	1	30
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	50		98	3	1	20
			Итого	820	112,24	870	47	20	125