

Директор МБОУ "Спутниковская СОШ"



А.Хамзина

Ежедневное меню на: 07.06.2025

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы
Завтрак		54-1г	Запеканка из творога	200	100,18	402	40	14	29
	гор.напиток	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	6,93	51	2	1	9
		Пром	Джем из абрикосов	20	0,85	58	0	0	14
	хлеб	Пром	хлеб пшеничный йодированный	45	5,38	106	3	0	22
		Пром	Яблоко	100	19,00	44	0	0	10
Обед			Итого	565	132,34	660	45	16	84
	1 блюдо	54-31с	Суп картофельный с рыбой	250	40,49	173	14	5	19
	2 блюдо	54-2м	Гуляш из говядины	100	70,39	232	17	17	4
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	11,57	197	5	5	33
	сладкое	54-34хн	Компот из яблок с лимоном	200	12,11	47	0	0	11
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	50	3,75	117	4	0	25
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	50		98	3	1	20
			Итого	800	138,31	863	43	27	111