

УТВЕРЖДАЮ:



Директор ВИДЯЕВ С.А

МБОУ БОЛЬШЕРЕЦКАЯ СОШ № 5

МЕНЮ 03.03.2025г

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции				
			белки	Жиры	углеводы	Энергетическая ценность
	ЗАВТРАК					
1	Яйца вареные	40	5,0	4,5	0,3	61,3
2	Каша «Янтарная» (пшено)	210	10,4	12,4	42,7	301,3
3	Кофейный напиток	200	4,10	3,00	24,30	114,90
4	Хлеб пшеничный	50	3,70	0,30	24,30	114,90
	ОБЕД					
1	Салат из свеклы отварной	100	1,40	6,10	8,30	93,50
2	Рассольник «Ленинградский»	225	7,0	8,90	15,20	169,20
3	Гуляш из отварной говядины	110	4,80	5,10	8,50	202,50
4	Макаронные изделия с овощами	150	6,70	8,0	37,40	228,20
5	Компот из св/мороженных ягод	180	0,20	0,10	6,0	27,0
6	Хлеб ржаной	55	3,60	0,7	18,40	95,70
7	Батон	25	1,90	0,80	12,50	64,80
1	Сок в ассортименте	200	1,0	0,0	26,40	120,0
2	Яблоки	100	1,40	0,40	35,90	165,60
	Всего за день:		50,20	50,10	223,60	1624,50