

УТВЕРЖДАЮ:



Директор ВИДЯЕВ С.А

МБОУ БОЛЬШЕРЕЦКАЯ СОШ № 5

МЕНЮ: 27.02.2025г

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА					
		Масса порции	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность
	ЗАВТРАК					
1	Бутерброд с сыром	50	6,6	12,3	10,6	181,3
2	Помидоры свежие	100	0,6	0,2	4,2	19,9
3	Омлет натуральный	150	9,6	8,0	27,6	330,8
4	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	5,1	21,0
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9
	ОБЕД					
1	Овощи натуральные соленые (помидоры)	80	0,9	0,0	3,9	11,2
2	Суп гороховый	200	7,1	9,6	38,9	162,8
3	Плов	200	12,8	18,2	36,8	407,0
4	Компот из с/фруктов	180	0,0	0,0	4,4	17,4
5	Хлеб ржаной	55	3,6	0,7	18,4	95,7
6	Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5
	ПОЛДНИК					
1	Яблоки	100	0,4	0,4	9,5	45,6
2	Сок вишневый	200	1,4	0,4	22,1	98,9
3						
4						
	Всего за день:		50,8	51,6	228,9	1636,0