

Согласовано:
 Директор МБОУ "Биллярская СОШ"
 Алексеевского муниципального района
 Климова М.А.



Утверждаю:
 Председатель СПОСПК "Эдем"
 Турнина А. А.

МЕНЮ
 День 1

Дата " 28 " марта 2022 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	12,09	13,28	15,97	231,76
Яйцо отварное	40	6,6	6,1	0,3	82,5
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Чай с лимоном	180/10/5	0,45	0,05	15,95	62,3
Итого за завтрак:		22,7	20,09	66,6	574,32
2-ой завтрак					
Кондитерское изделие	50	4,22	1,12	26,4	142,8
Сок	200	0	0	38	76,8
Итого за 2-ой завтрак:		4,22	1,12	64,4	219,6
Обед					
Огурцы свежие с маслом	60	0,93	3,05	18,645	105,75
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	250/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Пюре картофельное	150	3,43	7,1	21,1	146
Куриная грудка в сметанном соусе	50/50	10,2	12,36	17,3	221
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,5	0,5	23,5	108,5
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3
Итого за обед:		24,28	31,71	115,195	837,85
Итого за день:		51,2	52,92	246,195	1631,77
Цена за день:	159,20				