

Согласовано:
 Директор МБОУ "Большеутиганская ООШ"
 Алексеевского муниципального района
 Сайфутдинова А. Н.



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

МЕНЮ
 День 1

Дата " 1 " июня 2021 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша "дружба" молочная со сливочным маслом	250/8/12	9,29	13,12	41,21	309,77
Оладьи со сгущенкой	80/20	7,48	7,49	41,85	264,81
Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	165,66
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Итого за завтрак:		22,111	21,175	111,5	800,24
2-ой завтрак					
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Сок	200	0	0	38	76,8
Итого за 2-ой завтрак		0,52	0,34	52,7	180,8
Обед					
Помидоры свежие с маслом	100	1,12	5,25	5,25	71
Суп картофельный с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	200
Жаркое по - домашнему из говядины	250	14,12	16,9	34,89	376,25
Хлеб ржано пшеничный	70	3,5	0,7	31,5	154
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Итого за обед:		37,64	40,18	116,66	871,78
Итого за день:		60,271	61,695	280,86	1852,82
Цена за день:	153,82				