

Согласовано:

Директор МБОУ "Большетиганская ООШ"
Алексеевского муниципального района
Саифутдинова А. Н.



Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ
День 3

Дата " 3 " июня 2021 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Запеканка из творога со сгущенкой	80/20	12,71	8,69	11,64	172,7
Каша манная молочная со сливочным маслом	250/8/12	9,15	13,31	29,2	265,89
Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	165,66
Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,168	145
Итого за завтрак:		31,15	24,66	100,448	749,25
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	138,6
Итого за 2-ой завтрак		1,28	1,12	64,4	215,4
Обед					
Салат из свежих огурцов	100	0,665	6,08	1,8	65
Суп картофельный с крупой(рисовый) на мкб	250/15/10	7,72	8,5	27,62	208,25
Пюре гороховое	200	6,82	7,75	37,53	273,33
Котлета из говядины	100	10,16	13,92	13,52	236
Хлеб ржано пшеничный	70	3,5	0,7	31,5	154
Компот из свежих фруктов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Итого за обед:		29,035	37,12	111,97	1013,38
Итого за день:		61,465	62,9	276,818	1978,03
Цена за день:	153,82				