

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



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

МЕНЮ
 День 4

Дата "04" "июнь" 2021 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Оладьи с повидлом	100/20	7,87	6,55	32,38	250,6
Макароны отварные со сливочным маслом	200	7,6	9,94	45,77	272
Сосиска отварная с соусом	100/30	7,7	10,92	2,75	129,6
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:		28,511	27,975	115,34	877,86
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
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
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Плов из говядины	250	15,9	15,4	27,92	307,5
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:		32,06	34,59	105,34	787,03
Итого за день:		61,091	62,905	273,38	1845,69
Цена за день:	153,82				