

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



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ  
 День 7

Дата " 8 " июля 2021 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Сырники из творога	100/20	15,88	10,86	17,43	247
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	250/8/12	10,73	13,83	38,12	310,34
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	165,66
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>32,471</b>	<b>25,595</b>	<b>119,665</b>	<b>887</b>
<b>2-ой завтрак</b>					
Сок	200	0	0	38	76,8
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	138,6
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>1,28</b>	<b>1,12</b>	<b>64,4</b>	<b>215,4</b>
<b>Обед</b>					
Помидоры свежие с маслом	100	1,12	5,25	5,25	71
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	250/15	6,49	6,24	15,87	153,6
Голубцы ленивые	250	19,7	16,71	19,8	308,56
Хлеб ржано пшеничный	70	3,5	0,7	31,5	154
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
<b>Итого за обед:</b>		<b>31,35</b>	<b>34,15</b>	<b>95,25</b>	<b>828,69</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>65,101</b>	<b>60,865</b>	<b>279,315</b>	<b>1931,09</b>
<b>Цена за день:</b>	<b>153,82</b>				