

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



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

МЕНЮ
 День 8

Дата " 9 " июль 2021 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Салат из свежих огурцов	100	0,665	6,08	1,8	65
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 лимоном	200/15/7	0,45	0,05	15,95	62,3
Итого за завтрак:		21,735	27,55	100,71	694,56
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					
Салат из белокочанной капусты	100	1,55	5,75	9,4	111
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	250/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Картофель тушеный с овощами	200	4,53	6,12	26,18	183,42
Котлета из говядины	100	10,16	13,92	13,52	236
Хлеб ржано пшеничный	70	3,5	0,7	31,5	154
Кисель ягодный	200	0	0	35,94	118
Итого за обед:		38,47	34,69	126,09	993,72
Итого за день:		60,725	62,58	279,5	1869,08
Цена за день:	153,82				