

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



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ
День 11

Дата "14" июля 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 и курагой	200/15/7	0,2	1,5	15,7	65,3
Итого за завтрак:		22,29	22,67	117,5	740,24
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					
Салат из свежих огурцов	100	0,665	6,08	1,8	65
Суп картофельный с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	200
Пюре гороховое	200	6,82	7,75	37,53	273,33
Тефтели мясные	100	9,99	13,4	24,4	204
Хлеб ржано пшеничный	70	3,5	0,7	31,5	154
Кисель ягодный	200	0	0	35,94	118
Итого за обед:		39,325	40,34	122,67	1014,33
Итого за день:		62,135	63,35	292,87	1935,37
Цена за день:	153,82				