

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



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

МЕНЮ
 День 21

Дата "25" "июнь" 2021 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
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
Итого за завтрак:		32,471	25,595	119,665	887
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					
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
Итого за обед:		31,35	34,15	95,25	828,69
Итого за день:		65,101	60,865	279,315	1931,09
Цена за день:	153,82				