



«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Утар-Атынская ООШ»

Арского муниципального района РТ

МЕНЮ

1-4 класс

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯБЛОКО		110	0,4	0,4	10,8	51,7
ЯБЛОКИ	125	110	0,4	0,4	10,8	51,7
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ		30	0,7	1,1	6,8	57,4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3,9
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ		180	14,8	15,1	36,0	338,0
ПЕЛЬМЕНИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	180	180	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26	26	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,3		15,3	62,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,7	1,7	0,3	0	0,7	4,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	15	15	0	0	14,6	58,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166,7	166,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			18,8	17,0	85,9	590,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			18,8	17,0	85,9	590,9