

Директор МБОУ "Гостеприимная СОШ"



А.М.Аглиуллин

Ежедневное меню на: 09.04.2025

| | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорий | | | Углевод |
|-----------------------------|-----------|-------------------|---|----------|-------|---------|-------|-------|---------|
| | | | | | | ность | Белки | Жиры | ы |
| Завтрак 7-11 лет | гор.блюдо | 54-1г, 54- | Макароны отварные и рыба тушеная в томате | 220 | 51.03 | 300 | 15 | 10 | 37 |
| | напиток | 54-1хн | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 6.49 | 81 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб | Пром | Хлеб пшеничный йодированный | 45 | 3.39 | 106 | 3 | 0 | 22 |
| | хлеб | Пром | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2.48 | 49 | 2 | 0 | 10 |
| | закуска | 54-13з | Салат из свеклы отварной | 60 | 4.16 | 46 | 1 | 3 | 5 |
| ИТОГО | | | | 550 | 67.55 | 581.00 | 21.40 | 13.50 | 93.60 |
| Завтрак 12-18 лет | гор.блюдо | 54-1г, 54- | Макароны отварные и рыба тушеная в томате | 300 | 59.34 | 410 | 21 | 14 | 50 |
| | напиток | 54-1хн | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 6.49 | 81 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб | Пром | Хлеб пшеничный йодированный | 45 | 3.39 | 106 | 3 | 0 | 22 |
| | хлеб | Пром | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3.61 | 78 | 3 | 1 | 16 |
| | закуска | 54-13з | Салат из свеклы отварной | 100 | 4.92 | 76 | 1 | 5 | 8 |
| ИТОГО | | | | 685 | 77.75 | 750.50 | 28.80 | 19.40 | 115.30 |
| Завтрак 7-11 лет (ОВЗ) | гор.блюдо | 54-1г, 54- 11р | Макароны отварные и рыба тушеная в томате с овощами (минтай) | 220 | 51.03 | 300 | 15 | 10 | 37 |
| | напиток | 54-1хн | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 6.49 | 81 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб | Пром | Хлеб пшеничный йодированный | 45 | 3.39 | 106 | 3 | 0 | 22 |
| | хлеб | Пром | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 2.48 | 49 | 2 | 0 | 10 |
| | закуска | 54-13з | Салат из свеклы отварной | 60 | 4.16 | 46 | 1 | 3 | 5 |
| ИТОГО | | | | 550 | 67.55 | 581.00 | 21.40 | 13.50 | 93.60 |
| Завтрак 2 7-11 лет (ОВЗ) | | Пром | Сок | 190 | 8.00 | 100 | 1 | 0 | 24 |
| | | Пром | Вафли | 10 | 9.32 | 35 | 0 | 0 | 8 |
| ИТОГО завтрак 2 | | | | 200 | 17 | 135 | 1 | 0 | 32 |