

МБОУ Приаргунская СОШ (начальная)

Меню 01.02.2022 год
Возрастная группа детей от 7 до 11 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн./ц.	Цена	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 смена	Макароны отварные с маслом (макаронные изделия, соль, масло слив)	150	5,73	6,1	31,9	205,5	14	203
	Гуляш с курицей (мясо вар. курица, масло раст, мука, том паста, приправа, соль, морковь, лук, чеснок)	100	1,9	7,3	15,5	91,2	30	290
	Салат из св овощей (морковь, дайкон, соль, м/раст)	60	0,6	0,96	2,52	22,98	9	111
	Хлеб	70	3,16	0,4	7,35	93,52	2	ПР
	Булочка	50	3,75	6,6	30,45	197	13	ПР
	Компот (вода, сухофрукты, сахар)	200	0,9	0,09	32,01	132,8	7	349
	Батончик шокол	40	2,84	10,58	20,6	186,3	15	ПР
Итого за 1 смену		670	18,88	32,03	140,33	929,3	90	
2 смена	Макароны отварные с маслом (макаронные изделия, соль, масло слив)	150	5,73	6,1	31,9	205,5	14	203
	Гуляш с курицей (мясо вар. курица, масло раст, мука, том паста, приправа, соль, морковь, лук, чеснок)	100	1,9	7,3	15,5	91,2	30	290
	Салат из св овощей (морковь, дайкон, соль, м/раст)	60	0,6	0,96	2,52	22,98	9	111
	Хлеб	70	3,16	0,4	7,35	93,52	2	ПР
	Булочка	50	3,75	6,6	30,45	197	13	ПР

	Компот (вода, сухофрукты, сахар)	200	0,9	0,09	32,01	132,8	7	349
	Батончик шокол	40	2,84	10,58	20,6	186,3	15	ПР
Итого за обед		670	18,88	32,03	140,33	929,3	90	