

МБОУ Приаргунская СОШ (начальная)

Меню 06.12.2021 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	Рис отварной (крупа рис, соль, масло раст)	150	3,6	6,3	26,6	210,11	11	304
	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 витаминный (капуста, перец болг, соль, масло раст)	60	0,9	2,6	6,5	57,42	10	49
	Хлеб	70	3,16	0,4	7,35	93,52	2	ПР
	Булочка	50	3,75	6,6	30,45	197	13	ПР
	Батончик шокол	20	2,84	10,58	20,6	186,3	11	ПР
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	2	377
	Итого за 1 смену	650	16,35	33,78	122	534,82	79	
2 смена	Рис отварной (крупа рис, соль, масло раст)	150	3,6	6,3	26,6	210,11	11	304
	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 витаминный (капуста, перец болг, соль, масло раст)	60	0,9	2,6	6,5	57,42	10	49
	Хлеб	70	3,16	0,4	7,35	93,52	2	ПР
	Булочка	50	3,75	6,6	30,45	197	13	ПР
	Батончик шокол	20	2,84	10,58	20,6	186,3	11	ПР
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	2	377
	Итого за обед	650	16,35	33,78	122	893,55	79	