

МБОУ Приаргунская СОШ (начальная)

Меню 11.01.2022 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	Плов с говядиной (рис, масло раст, говядина, лук репч, морковь, лавр лист, приправа для плова)	150	12,49	10,89	30,02	322	39	265
	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
	Калач	50	3,75	6,6	30,45	197	13	ПР
	Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	2,9	2,9	17,2	102,8	9	ПЗ
	Мандарин	100	0,4	0,4	6,35	47	26	338
	Батончик злак	40	2,84	10,58	20,6	186,3	7	ПР
Итого за 1 смену		670	26,44	34,37	118,47	684,04	106	
2 смена	Плов с говядиной (рис, масло раст, говядина, лук репч, морковь, лавр лист, приправа для плова)	150	12,49	10,89	30,02	322	39	265
	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
	Калач	50	3,75	6,6	30,45	197	13	ПР
	Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	2,9	2,9	17,2	102,8	9	ПЗ
	Мандарин	100	0,4	0,4	6,35	47	26	338
	Батончик злак	40	2,84	10,58	20,6	186,3	7	ПР
Итого за обед		670	26,44	34,37	118,47	1006,04	106	