Меню

09.07.2025 г.

Возрастная категория с 1 – 4 класс

Завтрак	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№рецептуры
1.Икра кабачковая	60	1,55	2,2	9	41,8	№
2.Омлет натуральный	150	15,4	25,5	2,5	257,1	№210
3.Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	№14
4.Хлеб ржаной	30	2,1	8,6	12,8	136,2	
5.Чай с лимоном	200\7	0,4	0	11,7	49,6	№377
Итого:	527	23,91	41,36	83,1	731,3	
Обед		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№рецептуры
1.Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	4	5,52	64,4	№88
2.Гуляш из говядины	90	12,4	21,3	37,9	330	№260
3.Овощи свежие	60	0,7	0,1	2,2	14	№71
4.Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206	№171
5. Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	19,1	84,5	
6.Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	
7.Напиток лимонный	200	0,3	0	31,4	127,2	№699
Итого:	880	23,12	33,1	148,75	934,4	

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 4

Краснова И.В.

Повар: Данькова Е.Н.

Калькулятор: Молчанова О.С.

Медицинская сестра: