

Утверждаю: директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Воротнее

О.П.Коршикова

Пр № 116/2 - од от 29.12.2023

Меню дневного рациона на 09.02.2024

Номер рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккл)	Витамины С
				Б	Ж	У		
	Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	5,67	5,28	32,55	200,0	0,5
		Батон со сливочным маслом	30/7	3,88	5,63	24,94	168,4	0
		Кофейный напиток	180	2,8	3,2	20,67	118,64	5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>12,35</b>	<b>14,11</b>	<b>78,16</b>	<b>487,04</b>	<b>5,5</b>
	Обед	Салат из отварной свеклы с курагой и изюмом	50	0,82	5,04	4,82	68,42	12,84
		Суп-харчо на м/к бульоне	200	4,97	6,19	21,3	152,84	9
		Гороховое пюре	130	38,98	6,29	79,24	529,43	0
		Биточки	70	11,92	8,80	11,64	173	0
		Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2	0
		Хлеб пшеничный	30	2,13	0,33	13,92	68,7	0
		Компот из сухофруктов	180	0,44	0,02	27,76	113	0,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>60,82</b>	<b>21,99</b>	<b>171,97</b>	<b>1169,59</b>	<b>22,24</b>
Уплотнённый полдник	Коржик молочный	50	9,68	12,31	22,58	248,55	1,9	
	Кисель	200	0	0	14,41	54,85	0	
	Яблоки, шоколадные конфеты	100/33	0,4	0,4	9,8	47	10,0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>9,65</b>	<b>7,66</b>	<b>25,13</b>	<b>295,01</b>	<b>6,57</b>
<b>Всего за день</b>				<b>82,82</b>	<b>43,76</b>	<b>275,26</b>	<b>1951,64</b>	<b>34,31</b>
<b>Стоимость питания (руб)</b>				<b>113-79</b>				