

Утверждаю: директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Воротнее

О.П.Коршикова

Пр № 116/2 - од от 29.12.2023

Меню дневного рациона на 15.02.2024

Номер рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккл)	Витамины С
				Б	Ж	У		
	Завтрак	Макароны с маслом	150	5,50	4,57	26,44	168,0	0
		Батон со сливочным маслом	30/5	3,88	5,63	24,94	168,4	0
		Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>12,23</b>	<b>12,61</b>	<b>65,74</b>	<b>427,4</b>	<b>1,17</b>
	Обед	Икра кабачковая	50	0,64	0,10	5,17	24,24	3,75
		Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	200	2,08	2,83	17,14	104,7	8,25
		Гречка	130	22,2	5,28	27,90	184,0	0
		Тефтели	70	8,98	9,49	7,31	150,5	0,79
		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	200	1,36	0	29,02	116,19	0,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>38,95</b>	<b>18,39</b>	<b>113,75</b>	<b>712,53</b>	<b>13,19</b>
Уплотнённый полдник	Сдобная булочка	80	10,5	6,26	33,3	230	0,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0	0	14,41	54,85	0	
	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	10,0	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,5</b>	<b>6,26</b>	<b>47,71</b>	<b>284,85</b>	<b>0,04</b>
<b>Всего за день</b>				<b>61,68</b>	<b>37,26</b>	<b>227,2</b>	<b>1424,78</b>	<b>14,4</b>
<b>Стоимость питания (руб)</b>				<b>104-86</b>				