

Утверждаю: директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Воротнее

О.П.Коршикова

Пр № 116/2 - од от 29.12.2023

Меню дневного рациона на 19.02.2024

Номер рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккл)	Витамины С
				Б	Ж	У		
	Завтрак	Каша манная молочная	200	4,52	4,07	30,57	177,0	0
		Батон	30	3,88	5,63	24,94	168,4	0
		Масло	7	2,03	3,21	11,34	127	0,008
		Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	0,03
Итого за прием пищи:				10,49	12,93	76,84	512,4	0,038
	Обед	Картофельный суп с клецками с мясом птицы	200	7,4	1,54	19,50	108,54	3,44
		Плов из мяса кур	150	20,8	23,44	39,38	224,22	4,54
		Салат из отварной свеклы с черносливом	55	22,2	8,6	0,7	169,0	0,94
		Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2	0
		Хлеб пшеничный	50	2,13	0,33	13,92	68,7	0
		Компот из шиповника	180	0,61	0,25	18,67	19	90,0
Итого за прием пищи:				34,40	18,31	99,42	737,57	28,63
Уплотнённый полдник		Пирожок с картофельным пюре	100	18,1	18,52	36,83	389,0	2,12
		Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4
		Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	10,0
Итого за прием пищи:				18,54	18,52	64,59	502	2,16
Всего за день				73,97	63,39	233,95	1838,83	38,39
Стоимость питания (руб)				104-88				