



МЕНЮ
школа 5 - 11 классы
18.04.24

НЕДЕЛЯ 1					
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20					
День 4 (Четверг)					
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, калл.
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	250	7.8	12.5	33.5	280.0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	250	4.2	3.0	33.3	177.9
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	60	2.4	0.9	30.5	137.9
Итого за прием пищи:	560	14.3	16.5	97.3	595.8
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	4.7	9.5	7.1	133.4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	9.9	9.4	17.9	195.5
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	15.5	17.1	16.6	284.7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	250	0.0	0.0	24.2	96.8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5.3	0.7	33.9	163.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7.6	0.6	50.2	236.8
Итого за прием пищи:	960	43.0	37.3	149.9	1 110.3
Уплотнительный полдник					
СВЕЖИЙ ПОМИДОР	70	0.6	0.1	1.7	9.8
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	90	4.0	1.7	38.9	187.2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3.7	20.5	25.2	300.6
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	10.3	3.7	6.5	102.9
КИСЕЛЬ	250	0.1	0.1	34.9	141.3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6.1	0.5	40.1	189.5
Итого за прием пищи:	760	24.8	26.6	147.3	931.1
Всего за день:		82.1	80.3	394.5	2 637.2