

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ АР СОШ№2

И.Д. Кольбельникова

2021г.

МЕНЮ ОБЗ

1-4 классы (2 неделя) Осень-зима

ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,34	5,275	28,615	187,05	13,42
Гуляш из говядины	50/25	2,6	2,4	58,4	240	42,50
Хлеб пшеничный/йодированный	30	2,736	0,216	18,83	83,88	1,49
Кофейный напиток на молоке	200	1,33	1,5	12,77	149,1	10,40
Итого	430	21,126	23,951	92,995	660,03	67,81

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Борщ на курином бульоне со сметаной	250/25	5,12	3,89	18,06	128,06	22,57
Котлета из куриного филе	70	21,91	23,29	11,35	342,54	21,29
Каша гречневая	150	7,2	3,68	40	202	13,42
Хлеб йодированный	40	2,4	0,5	22,4	105	1,98
Чай с сахаром, с лимоном	200			14	60	4,00
Итого	670	36,63	31,36	105,81	837,6	63,26

