

Утверждено:

Индивидуальный предприниматель

Директор МБОУ СОШ № 3

Переварова О.В.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

24 июня 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
		порций				ценность
			белки	жиры	углево- ды	(ккал)
	Завтрак					
221	Омлет натуральный 159	159	13,6	4,2	36	296
	Печенье в инд упаковке 1/60	60	7,5	13,2	30,9	179
1091	Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
376	Чай с лимоном 200/15/7	222	0,2	0	16	65
	Итого завтрак:	501	24,83	18,22	104,57	645,1
	Обед					
71	Помидор свежий порционно	60	0,72	0,12	2,76	15,6
96	Рассольник ленинградский	200	1,68	4,08	16,4	109
234/331	Котлета рыбная с соусом 80/20	100	16,84	20	9,28	219,2
310	Картофель отварной со сливочным маслом 150/5	155	3,77	11,1	41,4	235,65
346	Компот из апельсинов	200	0,08	0	27	108,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед:	775	26,62	36,12	118,51	793,15
	Всего:	1276	51,45	54,34	223,08	1438,25