

М Е Н Ю (Среда: 1 неделя)

« 12 » марта 2025г.

МБОУ «Новолавровская СОШ № 33»



№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Выход, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
		с 7-11лет					
Завтрак							
№ 157 сб. 2021 г.	Овощи консервированные отварные (горошек зеленый)	60		1,71	2,17	3,03	38,29
№ 295 сб. 2017 г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90		12,52	24,06	12,65	317,46
№ 302 сб. 2017 г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	150/5		8,88	6,3	39,93	251,88
№ 377 сб. 2017 г.	Чай с лимоном*	200/7		0,13	0,02	15,2	62
№ 573 сб. 2021 г.	Хлеб пшеничный формовой	30		2,28	0,24	14,76	70,2
	Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке)	18		0,9	4,97	11,61	94,86
	ИТОГО:	560		26,42	37,76	97,18	834,69
Обед							
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	60		1,21	0,06	12,33	54,72
№102 сб. 2017г.	Суп картофельный с бобовыми	250		5,49	5,27	16,54	148,25
№ 315 сб. 2015 г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15		10,61	6,81	15,04	164
№ 125 сб. 2017 г.	Картофель отварной	150/5		2,98	5,85	20,65	155
№ 573 сб. 2021 г.	Хлеб пшеничный формовой	20		1,52	0,16	9,84	46,8
№ 575 сб. 2021 г.	Хлеб ржано-пшеничный	30		2,04	0,39	11,94	59,4
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200		1	0	20,2	84,8
	Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке)	18		0,9	4,97	11,61	94,86
	ИТОГО:	868		25,75	23,51	118,15	807,83
	ВСЕГО:			52,17	61,27	215,33	1642,52

Директор школы _____

Повар _____

