

Фото блюд



**1 неделя Среда 3 день
Меню 2.02.2022 г.**

Составитель: Директор МБОУ *Александровский сель. Назаровский Г.С.*

Ежедневное меню от 7 до 11 лет
1 неделя, среда, 3 день

УТВЕРЖДАЮ: ИИ А.А.А.А.

Имя: _____ Отчество: _____ Дата: _____

Примерный завтрак	Рацион	Жир	Белок	Витам.г.	Цинк	Калорийность	Витам.	Жир	Угле-воды
Завтрак	зэр. Батон	204	Суп картофельный	208	17,01	170	3,58	2,18	11,8
	4941	Рыб. супчик с овощами	4070	22,0	41,112	10,8	4,115	2,82	
	4431	Пюре картофельное	130	10,31	201,36	4,25	7,27	19,8	
	7	Омлет по рецепту	25	5,47	30,4	0,48	0,86	1,94	
питание		Салат из овощей с заправкой	180	8,0	113,0	0,50	0,80	22,8	
чай		чайничек с сахаром	30	4,8	117	0,62	0,50	44,7	
				Итого:	41,21	384,3	25,85	14,46	112,772

Фото блюд



1 неделя Четверг 4 день

Меню 3.02.2022 г.

Составлено
Директор МБОУ
Светлана Сергеевна Мазуркина

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет
1 неделя, четверг, 4 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аван

Школа _____

Примерный завтрак	Разнов.	Жирн.	Наименование	Основа		Доп.			
				Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	суп. овощ.	178	Пюре из овощей с мясным	150	28,73	175	2,3	0	38,7
		384	Булочка с изюмом	100	12,23	130	7,0	17,5	30,0
	суп. мясной	600	Чай с сахаром	200	4,0	38,0	1,0	0,0	8,14
	чай	774	Кандируван десерт	40	12,07	100	2	0,0	10,34
			Булочка сдобная	50	12,01	144,0	7,04	8,72	37,41
				Итого:	61,01	474	26,70	27,72	121,41

Фото блюд



**1 неделя Пятница 5 день
Меню 4.02.2022 г.**

Составлено
Директор МБОУ
Светлана Сергеевна Мазуркина

Ежедневное меню
от 7 до 11 лет
1 неделя, пятница, 5 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Аван

Школа _____

Примерный завтрак	Разнов.	Жирн.	Наименование	Основа		Доп.			
				Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	суп. овощ.	178	Булочка	200	12,03	100	5,1	4,14	17,31
		316	Макаронные изделия	110	10,52	98,8	3,51	5,78	20,00
		413	Салатка-отварная	50	21,00	102,7	14,34	9,19	0,44
	суп. мясной	627,5	Кисель	25	5,47	23,4	0,48	0,08	1,30
чай			чай с сахаром	200	7,2	94,2	0,94	0,0	24,70
			изюм	50	6,0	102,50	4,42	8,36	41,7
				Итого:	61,01	690,60	24,30	14,68	115,01

Фото блюд

