

Утверждаю :

ИП Валов Е.А.

Согласовано :

Директор МАОУ "Кыласовская СОШ"



МЕНЮ

Дети 12-18 (СанПин 20)

Дети 12-18 (Санггин 20)

Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры 2013 г
		Белки	Жиры	Углеводы		
1 день						
Обед						
Рассольник со сметаной	255	2,18	6,00	16,43	129,00	134/479
Кнели из кур с соусом	100	10,36	12,27	8,14	184,00	411/435
Рис отварной	180	4,43	7,29	40,57	246,00	414
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50		27,00	110,00	508
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	108
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,00	109
Итого -		24,01	26,40	131,68	862,00	
2 день						
Обед						
Суп гороховый	250	2,30	4,25	15,13	108,00	144
Тефтели из говядины с соусом	100	10,30	10,70	8,00	170,00	388
Картофельное пюре	180	3,78	7,92	19,62	166,00	429
Чай с сахаром	200	0,10		15,00	60,00	493
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	108
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,00	109
Итого -		23,02	23,71	97,29	697,00	
3 день						
Обед						
Суп-пюре с гречками	270	7,10	6,68	38,70	243	159/170
Рыба, туш.с овощами	100	8,87	5,14	4,20	102	343
Макаронные изделия	180	6,79	0,81	34,85	174	291
Чай с сахаром	200	0,10		15,00	60	493
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	108
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	109
Итого -		29,40	13,47	132,29	772	