Утверждаю
Директор МБОУ
«Кочетовская СОШ» _____ С. М. Корнилов

Меню

Понедельник

12.04.2021г.

Завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход блюда	Сумма	Белки	Жиры	Угл	Энерг. цен (к кал)
1. Салат морковный с изюмом	0,06	(6-21)	1,14	6,1	6,1	84,7
2. Рагу из овощей	0,15	(8-37)	2.1	12,3	15.8	242,0
3. Яйцо вареное	1 шт	(10-00	5,1	4,6	0.3	62,8
4. Какао	0,2г	(14-98)	4.0	3,0	24,3	139,7
5. Печенье	0.017 шт	(2-44)	1,29	1,67	12,75	70,89
6. Хлеб пшен/сыр	0,05/0,01	(2-90/4-73)	8,26	16,09	14.84	117,5/36,4

Итого: 49-63

Обед с 11 лет и старше

Наименование блюда	Выход блюда	Сумма	Белки	Жиры	Угл	Энерг. цен (к кал)
. Салат из свежей капусты	0,06	(2-70)	0.8	.05	5,41	52,44
. Суп картофельный с горохом	0,25	(9-96)	5,99	7,54	15,53	148,21
. Каша гречневая	0, 25	(10-26)	10,6	9,9	47,7	319,0
.Сосиски	0,05	(17-15)	5,2	10,0	10,7	224,0
Компот	0,2г	(1-88)	0,04	0	15,05	61,83
Хлеб пш/рж	0,05/0,04	(2-90/1-92)	6,2	2,5	41,7	130,0
. Печенье	0,028	(3-95)	21,28	2,74	21,0	116,76

Итого: 45-90