

Одобрено" директор филиала МАОУ Велижанская
СОШ"СОШ п.Березовка "Кругикова
Л.А. *Л.А.*

"Утверждаю" директор ООО
ТавдаПродукт /Г.В.Яковлева/

01.10.2023г

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/93 от 01.02.2021г.

3 день 1-4 кл							3 день 5-11 кл						
Наименование блюда	Выход	Энергетический состав					Наименование блюда	Выход	Энергетический состав				
		Снеж.	Белок, г	Жир, г	Угле, г	ЭЦ, ккал			Снеж.	Белок, г	Жир, г	Угле, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4 кл.			18,2	17,8	88,4	586	Завтрак 5-11 кл			21,5	20,0	101,7	673
Овощи натуральные	80	8,5	0,7	0,1	2,7	14	Овощи натуральные	100	14,17	1,1	0,1	3,8	21
Из мяса	200	83	12,5	13,7	36,5	319	Плов из мяса	250	87,08	15,4	15,9	48,7	400
С молоком	1/200	15,74	3,4	3,2	21,2	127	Какао с молоком	1/200	15,74	3,4	3,2	21,2	127
Пшеничный вит.	20	1,12	1,0	0,3	6,1	39	Хлеб пшеничный вит	20	1,12	1,0	0,3	6,1	39
(яблоко)	110	12,32	0,6	0,5	19,9	87	Фрукты(яблоко)	110	12,32	0,6	0,5	19,9	87
Пшеничный рж.	20	1,12	0,7	0,1	6,4	41	Хлеб пшеничный рж.	20	1,12	0,7	0,1	6,4	41
Итого:		121,8					Итого:		131,55				

Повар *Л.А.*