C=RU, O=ГБОУ ООШ №. 27 г.Сызрань, CN=Белецких Игорь Иванович, E=school27_szr@samara.edu.ru
00 e8 c7 3a 76 e5 5f 77 ea
2023.04.30 12:52:19+03'00'

УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 12 апреля 2023 г.

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность (Ккал)*	*№ рецептуры*
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 2 **День 3**							
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,2	8	31,09	222	4
	Бутерброд с маслом	30/10	7,6	11,8	21,22	173,2	16
	Какао на молоке	180	3,39	3,5	23,35	138,28	38
	Итого за завтрак:	***420***	***17,19***	***23,30***	***106,75***	***533,48***	
2 завтрак	Кефир	100	4,35	3,75	6	75	401
	Итого за 2 завтрак:	**100**	**4,35**	**3,75**	**6**	**75**	

Обед	Огурец свежий порционно	50	0,4	0,05	1,25	7	
	Суп-лапша с курицей	200	5,76	5,96	12,22	126,8	83
	Гуляш из отварного мяса	50	12,85	14,6	8,74	217,83	277
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	313
	Компот из свежих яблок с витамином С	180	0,16	0,16	21,85	86,83	396
	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,48	18,5	88	2
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12	57	1
	Итого за обед:	***650***	***30,44***	***25,65***	***95,75***	***732,33***	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130	22,8	15,66	17,45	321,1	237
	Батон	30	2,43	0,36	13,9	66	125
	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	Итого за полдник:	***460***	***27,19***	***16,62***	***71,45***	***559,17***	
	Итого за день:		***77,72***	***68,07***	***278,15***	***1875,65***	