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 12:54:13+03'00'

УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 18 апреля 2023 г.

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность (Ккал)*	*№ рецептуры*
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 1 **День 2**							
Завтрак	Суп молочный с рисом	200	6,04	5,6	18,2	147,6	93
	Бутерброд с сыром	60	6,3	9,1	19,4	185,3	1б
	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	Итого за завтрак:	***440***	***12,5***	***14,7***	***52,5***	***389,77***	
2 завтрак	Кефир	100	4,35	3,75	6	75	401
	Итого за 2 завтрак:	**100**	**4,35**	**3,75**	**6**	**75**	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,49	3	1,86	37,1	15

	Суп гороховый с мясом	200	13,4	13,6	63,4	395,1	66
	Запеканка вермишелевая с печенью	200	15,22	7,3	23,77	297,54	59
	Компот из сушеных фруктов 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:	***700***	***37,98***	***39,75***	***165,05***	***1133,36***	
Уплотненный полдник	Рыба тушенная с овощами	100	24,7	10,06	11,6	239,07	247
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	313
	Батон	30	2,43	0,36	13,9	66	125
	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	Итого за полдник:	***410***	***31,04***	***14,37***	***54,4***	***474,77***	
	Итого за день:		***84,42***	***86,02***	***276,15***	***1975,37***	