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 12:55:12+03'00'

УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 20 апреля 2023 г.

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность (Ккал)*	*№ рецептуры*
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 1 День 4							
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	1б
	Кофейный напиток на молоке	180	4,4	5	21,4	145,3	37
	Итого за завтрак:	***420***	***18,2***	***24,8***	***73.71***	***540,50***	
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	

	Борщ с мясом	200	9,9	7,2	13,7	160	20
	Гуляш из отварного мяса	50	12,85	14,6	8,74	217,83	277
	Гороховое пюре	100	60,8	14,4	109,4	341	161
	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:	***650***	***28,45***	***22,74***	***81,99***	***690,66***	
Уплотненный полдник	Каша рисовая молочная	200	5,9	9,27	43,42	287,84	6
	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***	***8,49***	***9,63***	***72,22***	***410,71***	
	Итого за день:		***59,49***	***60,92***	***233,92***	***1983,87***	