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 12:55:43+03'00'

УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 21 апреля 2023 г.

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Выход блюда*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность (Ккал)*	*№ рецептуры*
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 1 **День 5**							
Завтрак	Каша пшенно-рисовая молочная	200	6,32	10,18	26,34	223,16	3
	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***	***17,31***	***25,48***	***70,91***	***534,64***	
2 завтрак	Кефир	100	4,35	3,75	6	75	401

	Итого за 2 завтрак:	**100**	**4,35**	**3,75**	**6**	**75**	
Обед	Щи из свежей капусты с мясом	200	11,54	8,49	8,51	156,82	67
	Котлета рубленая	80	12,42	9,42	12,85	185,33	282
	Вермишель отварная	100	11,53	0,82	31,14	155,1	204
	Компот из сушеных фруктов с витамином С	180	1,04	-	26,96	107,4	376
	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,48	18,5	88	2
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12	57	1
	Итого за обед:	***630***	***41,72***	***19,51***	***109,96***	***749,65***	
Уплотненный полдник	Плюшка обыкновенная	100	9,28	1,98	52,22	395,33	466
	Сок	200	0,5	-	12,7	52.56	399 д
	Яблоко	120	1,8	0,6	25,2	115,2	368
	Итого за полдник:	***420***	***12,08***	***2,58***	***97,62***	***559,87***	
	Итого за день:		***75,46***	***51,32***	***284,49***	***1919,16***	