УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 22 марта 2023 г.

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность (Ккал)*	*№ рецептуры*
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 2 **День 3**							
Завтрак	Омлет натуральный	80	7	13,58	1,35	206,3	215
	Салат из зеленого горошка консервированного	40	1,1	2	2,48	33,44	10
	Бутерброд с маслом	30/10	7,6	11,8	21,22	173,2	1б
	Какао на молоке	180	3,39	3,5	23,35	138,28	38
	Итого за завтрак:	***420***	***17,19***	***23,30***	***106,75***	***583,48***	
2 завтрак	Кефир	100	4,35	3,75	6	75	401
	Итого за 2 завтрак:	**100**	**4,35**	**3,75**	**6**	**75**	
Обед	Суп с клецками, с мясом	200	11,54	8,49	8,51	206,82	34
	Запеканка рисовая с печенью	200	17,59	13	20,51	323	57
	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***	***761,65***	

Уплотненный полдник	Каша пшенная молочная	200	16,76	10,42	25,86	257,94	11
	Батон	30	2,43	0,36	13,9	66	
	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	Итого за полдник:	***410***	***19,35***	***10,78***	***54,66***	***380,81***	
	Итого за день:		***71,33***	***63,48***	***278,15***	***1800,84***	

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
2023.03.31 15:45:41+03'00'