УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 28 февраля 2023 г.

Прием пищи	***Наименование блюда***	***Вес блюда***	***Пищевые вещества***			***Энергетическая ценность (Ккал)***	***№ рецептуры***
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 1 **День 2**							
Завтрак	Пудинг из творога со сгущенным молоком	180/20	15,14	10,76	24,33	305	235
	Бутерброд с сыром	60	6,3	9,1	19,4	185,3	1б
	Какао на молоке	180	3,39	3,5	23,35	138,28	38
	Итого за завтрак:	***440***	***24,83***	***23,36***	***67,08***	***628,58***	
2 завтрак	Кефир	100	4,35	3,75	6	75	401
	Итого за 2 завтрак:	**100**	**4,35**	**3,75**	**6**	**75**	
Обед	Отварная свекла порционно	50	0,9	0,05	4,9	24	6
	Суп -харчо с мясом	200	3,9	4,9	16,8	170,8	31
	Котлета рыбная запеченная	80	10,6	3,7	7,9	108	255
	Рис отварной	100	2,4	3,5	24,4	189,8	315
	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:	***680***	***23,15***	***23,09***	***106,35***	***724,51***	
Уплотненный полдник	Каша пшенно-рисовая молочная	200	6,32	10,18	26,34	273,16	3

	Батон	30	2,43	0,36	13,9	66	
	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	Итого за полдник:	***410***	***8.91***	***10,54***	***55,14***	***396,03***	
	Итого за день:		***61,24***	***60,74***	***234,57***	***1823,54***	

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 12:29:11+03'00'