УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 9 марта 2023 г.

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Выход блюда*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность (Ккал)*	*№ рецептуры*
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 2 **День 4**							
Завтрак	Каша манная молочная	200	6,2	8	31,09	222	4
	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***	***12,66***	***17.1***	***65,39***	***464,17***	
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 репчатого лука	40	1,33	6,18	7,79	92,1	11
	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
	Картофельное пюре	150	2,04	3,2	13,63	91,5	321
	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:	***690***	***31,47***	***32,12***	***96,21***	***793,26***	
Уплотненный полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	200/20	37,38	25,34	22,8	468	418
	Батон	30	2,43	0,36	13,9	66	

	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	Итого за полдник:	***430***	***39,97***	***41,29***	***51,6***	***590,87***	
	Итого за день:		***64,13***	***70,36***	***227,67***	***1823.33***	

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 15:33:39+03'00'