

Согласовано
 Директор МБОУ "Биллярская СОШ"
 Алексеевского муниципального района
 Климova М.А.



Утверждаю:
 Председатель СПОСПК "Эдем"
 Турнина А. А.

МЕНЮ
 День 4

Дата " 31 " марта 2022 г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Оладьи с повидлом	80/20	5,04	8,89	41,85	267,57
Омлет натуральный	150/5	9,88	8,95	11,16	203,5
Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88
Кисель ягодный	200	0	0	35,94	118
Итого за завтрак:		16,44	18	98,79	635,95
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Итого за 2-ой завтрак		0,52	0,34	52,7	180,8
Обед					
Салат из припущенной моркови с изюмом	60	0,66	6,08	1,8	65
Суп картофельный с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	200
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,41	7,6	22,1	182,4
Гуляш из говядины с соусом	50/50	10,5	7,11	13,2	161,76
Хлеб ржано-пшеничный	60	3	0,3	27	132
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3
Итого за обед:		39,63	34,3	91,54	806,46
Итого за день:		56,59	52,64	243,03	1623,21
Цена за день:	159,20				